

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	其他	全餐 熱量(卡)	蛋類 肉量(克)	蔬菜 (克)	肉類 (克)	魚蛋 (仔)	
親職日補假													
清明連假													
4/6	二	香Q白飯	普羅旺斯燉肉 <small>肉丁,時蔬/燒</small>	洋蔥炒蛋 <small>洋蔥,蛋/炒</small>	奶香法式白醬 <small>馬鈴薯,紅蘿蔔/煮</small>	有機蔬菜	厚奶西谷米 <small>西谷米,紅茶包</small>	5.3	1.9	1.3	2.5	659	
4/8	四	香蔥炒麵	彩椒糖醋魚塊 <small>水蜜桃,洋蔥,彩椒/燒</small>	豆沙包 <small>豆沙包/蒸</small>	佛跳牆 <small>大白菜,木耳/煮</small>	有機蔬菜	筍絲花枝羹 <small>筍絲,花枝羹</small>	5.3	1.8	1.5	2.3	647	
4/9	五	芝麻飯	脆皮轟炸湯翅 <small>雞翅/炸</small>	海結燒豆腐 <small>海帶結,非基改豆腐/滷</small>	鮮瓜肉片燴 <small>鮮瓜,肉片/煮</small>	有機蔬菜	風味鮮菇湯 <small>時蔬,香菇</small>	水果	5.3	2.0	1.3	2.4	662
4/12	一	香Q白飯	當紅炸子雞 <small>雞丁/炸</small>	玉米肉茸 <small>非基改玉米粒,絞肉/炒</small>	蒲瓜爆蝦香 <small>蒲瓜/煮</small>	產銷 履歷 蔬菜	番茄蛋花湯 <small>番茄,蛋</small>	5.2	1.7	1.4	2.4	635	
4/13	二	香Q白飯	京都排骨 <small>排骨/燒</small>	冬瓜肉片燒 <small>冬瓜,肉片/燒</small>	三色滑蛋 <small>蛋,三色丁/炒</small>	有機蔬菜	芹香玉米塊湯 <small>芹菜,非基改玉米塊</small>	鮮奶	5.3	1.8	1.4	2.4	649
4/15	四	地瓜飯	黃金花枝排 <small>花枝排/炸</small>	醬燒四分干 <small>非基改小干四丁/炒</small>	咖哩肉茸 <small>馬鈴薯,絞肉/煮</small>	有機蔬菜	綠豆湯 <small>綠豆</small>	5.4	1.7	1.3	2.5	651	
4/16	五	香Q白飯	蘿勒三杯雞 <small>雞丁,九層塔/燒</small>	雙色甜根燴 <small>白蘿蔔,絞肉/炒</small>	甜高麗肉片 <small>高麗菜,肉片/煮</small>	有機蔬菜	酸辣豆腐湯 <small>榨菜絲,非基改豆腐,木耳絲</small>	水果	5.2	1.8	1.5	2.3	640
4/19	一	小米飯	巴比Q雞腿排 <small>雞排/烤</small>	哨子豆腐茸 <small>絞肉,非基改豆腐/燒</small>	山東白菜燒 <small>大白菜,非基改豆皮/煮</small>	產銷 履歷 蔬菜	玉米濃湯 <small>非基改玉米粒,蛋</small>	5.2	1.7	1.4	2.3	630	
4/20	二	什錦炒飯	彩椒糖醋雞丁 <small>彩椒,雞丁/燒</small>	五香滷蛋 <small>蛋/滷</small>	干片肉絲 <small>非基改干丁,絞肉/炒</small>	有機蔬菜	結頭排骨湯 <small>結頭菜,大骨</small>	水果	5.2	1.8	1.4	2.5	647
4/22	四	香Q白飯	米蘭茄汁燉肉 <small>肉丁,洋蔥/燒</small>	古早味肉燥 <small>涼薯,碎瓜,絞肉/炒</small>	麻油米血糕 <small>時蔬,米血/燒</small>	有機蔬菜	紅豆湯 <small>紅豆</small>	5.3	1.8	1.4	2.4	649	
4/23	五	香Q白飯	蠔油紅燒雞 <small>雞丁,九層塔/燒</small>	海帶雙絲 <small>紅蘿蔔,海帶絲,非基改干絲/炒</small>	鮮蔬獅子頭 <small>時蔬,獅子頭/燒</small>	有機蔬菜	雙菇蛋花湯 <small>香菇,杏鮑菇,蛋</small>	鮮奶	5.2	1.7	1.4	2.3	630
4/26	一	香Q白飯	木須肉絲 <small>木耳,肉絲/炒</small>	酢醬肉燥 <small>非基改干丁,絞肉/炒</small>	脆薯炒蛋 <small>涼薯,蛋/炒</small>	產銷 履歷 蔬菜	酸菜肉片湯 <small>酸菜,肉片</small>	5.3	1.7	1.5	2.4	644	
4/27	二	香Q白飯	蘑菇醬燒肉 <small>肉片,洋蔥/燒</small>	田園四喜 <small>三色丁,絞肉/炒</small>	蛋酥白菜滷 <small>蛋,大白菜,木耳/煮</small>	有機蔬菜	綠豆西米露 <small>綠豆,西谷米</small>	5.2	1.7	1.5	2.3	633	
4/29	四	客家炒米粉	黃金椒鹽炸雞 <small>雞丁/炸</small>	黃金蛋 <small>蛋/滷</small>	綜合滷味 <small>白蘿蔔,海帶結/滷</small>	有機蔬菜	酸辣蛋花湯 <small>榨菜絲,蛋,木耳絲</small>	水果	5.4	1.8	1.1	2.3	644
4/30	五	紫米飯	茄汁蔥燒魚塊 <small>水蜜桃,洋蔥/燒</small>	日式鍋燒 <small>白蘿蔔,丸子/煮</small>	麻婆豆腐 <small>非基改豆腐,絞肉/燒</small>	有機蔬菜	海帶豆芽湯 <small>海芽,黃豆芽</small>	5.3	1.7	1.2	2.3	632	