

日期	主食	主菜	副菜	青蔬	湯	其他	全糖 糖量 (份)	正食 肉蛋 (份)	蔬菜 (份)	油類 (份)	鹼量 (份)
4/7 四	香Q白飯 白米/煮	五香燉肉 肉丁,紅蘿蔔/燉	蛋酥燒白菜 大白菜,蛋/燒	瓜子肉燥 絞肉,碎瓜/煮	有機蔬菜 翠玉排骨湯 結頭菜,大骨		5 .5	2 .3	1 .6	2 .2	6 9
4/8 五	紫米飯 紫米,白米/煮	天下第一翅 雞翅/煮	干丁小炒 非基改干丁/炒	白醬馬鈴薯 馬鈴薯,紅蘿蔔,絞肉/煮	有機蔬菜 番茄菇菇湯 番茄,金針菇	水果	5 .5	2 .0	1 .5	2 .2	6 7
4/11 一	芝麻飯 黑芝麻,白米/煮	蘑菇醬燒肉 肉片,洋蔥/炒	哨子豆腐 非基改豆腐,絞肉/炒	鮮彩炒蛋 蛋,三色豆/炒	產履蔬菜 蔬菜三絲湯 紅蘿蔔,木耳,金針菇		5 .5	1 .9	1 .5	2 .2	6 6
4/12 二	客家炒米粉 米粉,絞肉,蔬菜/炒	台灣鹽酥雞 雞丁/炸	和風關東煮 白蘿蔔,紅蘿蔔,非基改玉米/煮	香Q蛋 蛋/滷	有機蔬菜 味噌三合一 非基改豆腐,海帶芽,蛋	水果	5 .0	2 .1	1 .6	2 .3	6 5
4/14 四	香Q白飯 白米/煮	茄汁魚排 魚排/燒	海結杏鮑菇 海帶結,杏鮑菇/滷	咖哩肉醬 馬鈴薯,絞肉/煮	有機蔬菜 小薏仁綠豆 綠豆,珍珠麥		5 .5	2 .0	1 .6	2 .5	6 8
4/15 五	小米飯 小米,白米/煮	醬爆蠔油雞 雞丁/燒	冬瓜鵪蛋 冬瓜,鵪蛋/煮	大鼎滷味 白蘿蔔,火鍋料/滷	有機蔬菜 洋芋蛋花湯 馬鈴薯,蛋	鮮奶	5 .0	1 .9	1 .7	2 .3	6 3
4/18 一	香Q白飯 白米/煮	巴比Q雞排 雞排/滷	鐵板油腐香 非基改油豆腐,絞肉/燒	佛跳牆 大白菜,木耳/煮	產履蔬菜 什錦蛋花煨 筍絲,蛋		5 .5	1 .9	1 .5	2 .4	6 7
4/19 二	香鬆飯 香鬆,白米/煮	台式燉肉 肉丁,紅蘿蔔/燉	芹香三絲 芹菜,紅蘿蔔,海帶絲,非基改干絲/炒	脆薯炒蛋 豆薯,蛋/炒	有機蔬菜 紅豆湯 紅豆		5 .3	2 .1	1 .5	2 .4	6 7
4/21 四	糙米飯 糙米,白米/煮	南洋咖哩雞 雞丁,紅蘿蔔/煮	四季天婦羅 敏豆,甜不辣/炒	鮮瓜肉片 時瓜,紅蘿蔔,肉片/炒	有機蔬菜 筍片福菜湯 筍片,福菜	水果	5 .2	2 .0	1 .7	2 .3	6 6
4/22 五	香Q白飯 白米/煮	里肌排骨 豬排/燒	客家小炒 非基改干片,榨菜/炒	田園四色 非基改玉米粒,紅蘿蔔,三色豆/炒	有機蔬菜 新竹貢丸湯 貢丸		5 .5	2 .3	1 .5	2 .4	7 0
4/25 一	蕎麥飯 蕎麥,白米/煮	紅娘炒蛋 蛋,紅蘿蔔/炒	南洋咖哩 馬鈴薯,紅蘿蔔/煮	海結拌腐香 海帶結,非基改豆腐/滷	產履蔬菜 港式酸辣湯 榨菜,蛋		5 .5	1 .8	1 .5	2 .2	6 5
4/26 二	芝麻飯 黑芝麻,白米/煮	蔥爆糖醋魚 水鯊丁,洋蔥/燒	府城肉燥 絞肉,碎瓜/煮	番茄炒蛋 番茄,蛋/炒	有機蔬菜 海芽玉米湯 海帶芽,非基改玉米	鮮奶	5 .0	2 .0	1 .5	2 .4	6 4
4/28 四	蔥香炒麵 麵,絞肉,蔬菜/炒	義式椒鹽炸雞 雞丁/炸	醃醬干丁 非基改干丁,洋蔥/炒	奶香白菜燒 大白菜,木耳/煮	有機蔬菜 奶茶西米露 西谷米,奶粉,紅茶包		5 .0	2 .2	1 .6	2 .5	6 6
4/29 五	地瓜飯 地瓜,白米/煮	麻油雞香 雞丁,豬血糕/煮	芹香素雞 非基改素雞,西洋芹/炒	薑燒冬瓜 冬瓜/煮	有機蔬菜 綜合菇菇湯 香菇,蔬菜	水果	5 .3	2 .0	1 .6	2 .4	6 6