



本公司皆全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米，禁止使用基改食品，敬請安心食用。

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	奶類	蛋類 (份)	雞肉 (份)	蔬菜 (份)	奶類 (份)	油類 (份)	水果 (份)	熱量	鈣含量	
4月1日	一	兒童節特餐：波隆那肉醬拌麵、香滷雞腿x1、鮮菇蒸蛋、有機高麗菜、柴魚豆腐湯						水果		3.8	2.3	1.5		2.1	1.0	584.5	267.3
4月2日	二	有機白飯	三杯鮮魚	蒜香高麗	有機油江菜	榨菜豆芽湯	水果		4.0	2.1	1.9		1.8	1.0	584.0	145.2	
4月3日	三	糙米飯	台式鹽水雞	家常豆腐	蚵白菜(福山萵苣)	山藥薏仁湯	水果		4.2	2.2	1.8		1.7	1	596.5	286.4	
4月4日	四	清明連假															
4月5日	五	清明連假															
4月8日	一	小米飯	鮮炸魚排x1	麻油木耳	有機小松菜	味噌海帶湯	水果		4.0	1.7	1.8		2.4	1.0	586.5	167.4	
4月9日	二	有機白飯	羅勒風味雞	紅絲吻魚炒蛋	有機小白菜	枸杞蒲瓜湯	水果	保久乳	4.0	2.3	1.7	1	2.1	1.0	723.5	243.6	
4月10日	三	胚芽飯	醬爆肉絲	薑絲冬瓜	本島萵苣(青江菜)	芹香蘿蔔湯	水果		4.1	1.8	2.2		1.8	1.0	582.0	215.4	
4月11日	四	特餐：傳統拌麵、特製豬排x1、繽紛玉米、有機高麗菜、紫菜大骨湯						水果		4.2	1.9	1.7		2.0	1.0	591.0	146.5
4月12日	五	地瓜飯	茄汁肉醬	炸雞塊x2	福山萵苣(油菜)	冬瓜粉圓(甜)	水果		4.3	2.1	1.3		2.2	1.0	608.0	134.2	
4月15日	一	麥片飯	照燒雞	豆皮高麗	有機黑葉白菜	肉骨茶湯	水果		4.2	2.1	2.1		1.8	1.0	603.0	234.1	
4月16日	二	有機白飯	鮮蔬燉豬	關東煮	有機味美菜	金針金菇湯	水果		4.1	2.3	1.9		1.7	1.0	597.5	275.1	
4月17日	三	五穀飯	梅干燒雞	鮮燴黃瓜	福山萵苣(油菜)	薑絲冬瓜湯	水果		4.1	1.9	2.1		1.8	1.0	585.0	132.6	
4月18日	四	蔬食特餐：味噌拌麵、古早味蒸蛋、海結滷味、有機小白菜、紅豆麥片湯(甜)						水果	豆漿	4.4	2.1	1.8		1.8	1.0	609.5	267.5
4月19日	五	小米飯	酥炸魚排x1	雙色花椰	青江菜(蚵白菜)	結頭丸片湯	水果		4.1	1.9	1.7		2.4	1.0	602.0	134.2	
4月22日	一	特餐：家鄉肉燥拌麵、馬鈴薯燉豬、烤餡餅x1、有機高麗菜、番茄蛋花湯						水果		4.0	2.2	1.8		1.9	1	591.5	243.1
4月23日	二	有機香鬆飯	古早味滷翅小腿x2	蝦米白菜	有機小松菜	豆薯黑輪湯	水果		4.0	2.0	1.6		1.7	1	566.5	196.2	
4月24日	三	燕麥飯	奶香肉片	三杯海茸	小白菜(福山萵苣)	黃金洋芋湯	水果		4.2	2.0	2.0		1.8	1	595.0	247.8	
4月25日	四	紫米飯	香酥魚丁	鮮菇蒲瓜	有機小白菜	綠豆地瓜湯(甜)	水果	保久乳	4.5	2	2.0	1	2.4	1	763.0	121.3	
4月26日	五	藜麥飯	蔥爆豬柳	番茄炒蛋	油菜(蚵白菜)	南瓜鮮菇湯	水果		4.1	2.3	1.8		2.0	1	608.5	137.4	
4月29日	一	芝麻飯	安東燉雞	南瓜蒸蛋	有機荷葉白菜	白菜金菇湯	水果	保久乳	4.1	2.3	1.7	1	1.8	1	717.0	187.9	
4月30日	二	有機白飯	瓜仔肉燥	芽菜干絲	有機山菠菜	海芽蛋花湯	水果		4.0	2.1	1.8		1.9	1	586.0	214.3	

異國料理教室-安東燉雞

韓國美食安東燉雞是將雞肉跟新鮮的馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、冬粉放在一起燉煮的料理。

安東燉雞的起源：

韓國朝鮮時代的士官階層多住在城內，而平民住在城外，分為城內「안동」(城內，音似「安東」)與「바깥동」(城外)，城內的人在特別節日時將雞燉來吃的料理就叫做「安東燉雞」。



本校午餐所採豬肉、雞肉及蛋品皆為「國產」具CAS優良農產品標章認證且未使用輻射污染食品

以上供應之魚類水產品及其製品可能含有魚刺請小心食用