

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	副菜	青菜	水果	奶類	全蛋 每碗 (份)	豆漿 每碗 (份)	麵類 (份)	油類 (份)	水果 類 (份)	熱量	鈣含量
10月1日	三	五穀飯	鮮筍鮑菇	關東煮	青江菜(油菜)	豆皮燴白菜			4.5	1.3	2.1	0.0	3.5	622.5	300
10月2日	四	地瓜飯	紅燒豆腐煲	番茄豆腸	有機小白菜	玉米冬瓜	水果		4.5	1.5	1.3	0	3	655.0	290
10月3日	五	中秋節餐特餐：什錦炒飯		什錦燒*1	高麗菜(空心菜)	地瓜麵輪	水果		4.2	1.5	0.89	0	3.5	646.3	269.5
10月6日	一	中秋節放假													
10月7日	二	有機白飯	大溪豆乾	田園時蔬	有機黑葉白菜	豆皮冬瓜	水果	保久乳	4.1	1.3	1.7	1.0	2.0	709.0	530
10月8日	三	薏仁飯	鹹水素雞	紹子豆腐	福山萵苣(空心菜)	蒸玉筍			##	1.6	1.2	0	3.5	622.5	300
10月9日	四	特：飄香拌麵		鹽酥豆包	有機白松菜	滷雙結	水果		4.3	1.8	1.3	0	2.5	641.0	335
10月10日	五	國慶日放假													
10月13日	一	芝麻飯	蘿蔔燒油腐	高麗紅椒	有機味美菜	白菜金針	水果		4.5	1.5	1.4	0	3.0	657.5	295
10月14日	二	有機白飯	紅燒蘭花干	繽紛小炒	有機荷葉白菜	清炒地瓜葉	水果		4.5	1.1	1.5	0	3.0	630	240
10月15日	三	燕麥飯	芋頭燉菇	醬燒海茸	小白菜(青江菜)	山藥薏仁			5	0.6	1.6	0	4.3	628.5	170
10月16日	四	糙米飯	照燒年糕	海帶干絲	有機青松菜	番茄芽菜	水果		4.7	1.5	1.8	0	2.0	636.5	315
10月17日	五	特：咖哩拌麵		年糕地瓜	福山萵苣(空心菜)	醬燒豆腐	水果		5	1.1	1.0	0	2.5	630	215
10月20日	一	蔬食特餐：炒芋頭米粉		滷豆干海結	有機小白菜/有機金針菇	豆沙包*1	水果	保久乳	4.5	1.0	1.1	1	2.5	722	455
10月21日	二	有機香鬆白飯	豆皮冬粉	滷白菜	有機小松菜	蒸雙寶	水果		5.0	1.3	1.3	0	2.0	630	260
10月22日	三	紫米飯	沙茶素雞	枸杞鮮瓜	福山萵苣(高麗菜)	南瓜洋芋			5	1.1	1.7	0.0	3.3	623.5	250
10月23日	四	小米飯	滷素排*1	白菜豆腐煲	有機山菠菜	油腐結頭	水果		4.5	1.5	1.2	0.0	3.0	652.5	285
10月24日	五	光復節放假													
10月27日	一	玉米飯	三杯素腰花	螞蟻上樹	有機青松菜	白玉腐竹	水果		5	0.7	1.8	0.0	3.0	642.5	195
10月28日	二	特：田園蔬菜炒有機飯		照燒豆包	有機油江菜	花生麵筋	水果		4.4	2.0	1.2	0.0	2.0	638	360
10月29日	三	麥片飯	白菜麵腸	芝香四季	地瓜葉(福山萵苣)	茄汁洋芋			5	1.4	1.8	0.0	3.0	635	300
10月30日	四	糙米飯	香酥百頁	豆醬鮮筍	有機荷葉白菜	芽菜干絲	水果	豆漿	4.5	1.2	1.9	0.0	3.0	647.5	275
10月31日	五	地瓜飯	馬鈴薯燉豆腸	高麗香菇	青江菜(空心菜)	銀耳蓮子	水果		4.5	1.3	1.2	0.0	3.0	637.5	255

廚餘為什麼不能丟一般垃圾？



圖片來源：RE-THINK 重新思考

廚餘與垃圾要分開



- ✓ 減少惡臭
- ✓ 方便資源再利用讓環境更乾淨

把餐點吃光光，
養成好習慣，大家
一起減少廚餘。

