

日期		便當主菜	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量 (kcal)
便當區	4月21日	星期一	花枝排	6.7	2.5	2	3.7	830.5
		鹹酥雞	6.5	2.8	2	3.9	842.9	
	4月22日	星期二	糖醋里肌	6.6	3.3	2.2	3.2	892
		照燒雞腿	6.5	3.3	2	2.4	827.5	
	4月23日	星期三	和風燒肉	6.5	3	1.8	3.3	888.5
		韓式烤腿排	6.5	3	1.6	3.2	834	
	4月24日	星期四	日式豬排	6.7	3.6	1.8	3.5	959.5
		蔥香油雞	6.5	3.8	1.9	2.7	852	
	4月25日	星期五	沙茶豬肉	6.5	2.5	2.2	2.9	840.5
		黃金無骨雞排	6.7	2.7	2	3.3	829.5	

麵食	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	熱量 (kcal)
麻油雞麵線	4	3	0.5	1.5	525
肉羹飯	6	2	0.8	1	595
肉羹麵	4.5	2	0.8	1	490
燻雞麻醬麵	5.5	2	0.5	3.5	665
肉絲炒米粉	4.5	2	0.5	2	537.5
肉絲麻醬麵	5.5	2	0.5	3.5	675
炸醬麵	5.5	2	0.8	3.5	712.5
紅燒豬肉飯	5.5	2.5	1	2.8	736
紅燒豬肉麵	4	2.5	1	2.8	631
炒肉絲烏龍麵	6	2	0.8	3.5	747.5
醬燒燒肉炒飯	6	3	0.8	4.3	903.5
炒麵麵包	3.8	1.5	0.5	3	526
燻雞麻辣麵	4	2	0.5	1.5	470
肉絲麻辣麵	4	2	0.5	1.5	480
豬排蛋炒飯	6.2	3	0.5	5.9	952

早餐套餐組合		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量 (kcal)
早餐店區	套餐1.火腿起司蛋吐司+紅茶	2.6	1.5	0.2	2.3	0.5	531.5
	套餐2.鮭魚起司蛋餅+紅茶	1.8	2	0.2	2	0.5	477
	套餐3.香雞起司蛋漢堡+紅茶	3.2	2.5	0.2	2.3	0.5	643.5
	套餐4.紐奧良蛋抓餅+紅茶	3.3	3	0.2	3		657
	套餐5.手工水餃(小份12顆)+紅茶	4	3	0.6	1.2		665
	套餐5.手工水餃(大份18顆)+紅茶	6	4.5	0.9	1.8		959.5
	套餐6.巧克力吐司+薯餅+紅茶	3.6	0	0	2		418

日期		自助餐主菜	副菜		蔬菜	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	油脂及堅果種子類	乳品類	熱量 (kcal)
自助餐區	4月21日	星期一	花枝排	醬爆馬鈴薯	小瓜滑蛋	滷筍乾	季節時蔬	2	3.7		830.5
		鹹酥雞	6.5								
	4月22日	星期二	糖醋里肌	炒冬粉	香菇麵輪	芝麻海芽	季節時蔬	2.2	3.2		892
		照燒雞腿	6.5								
	4月23日	星期三	和風燒肉	奶油玉米	三杯豆腐	豆芽菜	季節時蔬	1.8	3.3		888.5
		韓式烤腿排	6.5								
	4月24日	星期四	日式豬排	黑胡椒甜條	蘿蔔滷麵筋	魚香茄子	季節時蔬	1.8	3.5		959.5
		蔥香油雞	6.5								
	4月25日	星期五	沙茶豬肉	絲瓜粉絲	蕃茄炒蛋	滷海帶	季節時蔬	2.2	2.9		840.5
		黃金無骨雞排	6.7								

備註：採用的豬肉皆為國產豬肉(產地：臺灣)

莊雅惠營養師