

便當區	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)
	6月9日	星期一	滷豬排	6.5	3.3	1.6	3.1		915
			五香滷雞腿	6.5	3.3	1.6	2.9		807
	6月10日	星期二	沙茶豬肉	6.6	2.5	2	2.5		837
			紐奧良腿排	6.6	2.5	1.8	2.1		764
	6月11日	星期三	香煎魚排	6.5	3.3	2	3.2		946
			糖醋雞丁	6.5	3.5	2.2	3		977.5
	6月12日	星期四	古早味控肉	6.5	3.2	1.8	2.5		964.5
			香菇雞	6.5	3.4	2	2.8		886
	6月13日	星期五	岩燒里肌	6.5	3.2	1.8	2.6		857
			蜜汁雞排	6.7	3.5	1.8	3.4		912

麵食區	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)
	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

早餐店區	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)
	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.鮪魚起司蛋餅+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

自助餐區	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)
	6月9日	星期一	滷豬排	甘梅地瓜	三杯麵腸	紅燒杏鮑菇	季節時蔬	6.5	3.3	1.6	3.1		915
			五香滷雞腿					6.5	3.3	1.6	2.9		807
	6月10日	星期二	沙茶豬肉	糖醋甜條	金菇炒蛋	涼拌木耳絲	季節時蔬	6.6	2.5	2	2.5		837
			紐奧良腿排					6.6	2.5	1.8	2.1		764
	6月11日	星期三	香煎魚排	螞蟥上樹	百頁豆腐	滷雙色蘿蔔	季節時蔬	6.5	3.3	2	3.2		946
			洋蔥雞丁					6.5	3.5	2.2	3		977.5
	6月12日	星期四	古早味控肉	三杯馬鈴薯	蒼蠅頭	蒜香茄子	季節時蔬	6.5	3.2	1.8	2.5		964.5
			香菇雞					6.5	3.4	2	2.8		886
	6月13日	星期五	岩燒里肌	鹹蛋南瓜	海結滷豆乾	涼拌四季	季節時蔬	6.5	3.2	1.8	2.6		857
			蜜汁雞排					6.7	3.5	1.8	3.4		912

備註：採用的豬肉皆為國產豬肉(產地：臺灣)

莊雅惠營養師