

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)
	10月5日	星期一	起司豬排	6.6	3	1.2	3.3		880.5
			黃金無骨雞排	6.7	3.3	1.2	3.5		854.5
	10月6日	星期二	紅燒肉	6.5	2.8	1.4	2.7		891.5
			鹹蛋雞丁	6.5	3.3	1.4	3.7		854.5
	10月7日	星期三	香煎魚排	6.5	3.8	1.4	3		872
			鹹酥雞	6.5	4	1.4	3.3		914.5
	10月8日	星期四	糖醋里肌	6.6	3.3	1.6	3.4		853
			檸檬雞丁	6.5	3.6	1.4	3.5		863.5

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)
	10月5日	星期	起司豬排	三杯地瓜	皮蛋豆腐	五香茄子	季節時蔬	6.6	3	1.2	3.3		880.5
			黃金無骨雞排					6.7	3.3	1.2	3.5		854.5
	10月6日	星期二	紅燒肉	薯不甜	海結滷豆乾	金針菇炒木耳	季節時蔬	6.5	2.8	1.4	2.7		891.5
			鹹蛋雞丁					6.5	3.3	1.4	3.7		854.5
	10月7日	星期三	香煎魚排	南瓜炒蛋	白菜麵筋	涼拌四季	季節時蔬	6.5	3.8	1.4	3		872
			鹹酥雞					6.5	4	1.4	3.3		914.5
	10月8日	星期四	糖醋里肌	絲瓜粉絲	沙茶麵腸	紅燒杏鮑菇	季節時蔬	6.6	3.3	1.6	3.4		853
			檸檬雞丁					6.5	3.6	1.4	3.5		863.5

備註：採用的豬肉皆為國產豬肉(產地：臺灣)

莊雅惠營養師