

日期	星期	主食	主 菜	副 菜		湯	附餐	全穀 根莖	豆漿 肉蛋	蔬 果	油醋醬 米醋	熱量	
2/16	五	胚芽飯	鹹水素雞 小黃瓜非基改素雞<炒>	豆瓣豆腐 非基改豆腐<煮>	竹筍蔬炒 竹筍蔬菜<炒>	綠蔬 玉米段	玉米段湯	水果 玉米	4.2	2.1	2.4	2.3	675
2/17	六	五穀飯	椒鹽麵腸 麵腸<炒>	醬爆黑干 非基改黑豆干<炒>	白菜芋頭 白菜蔬菜<煮>	有機 紫菜	紫菜薑絲湯 紫菜薑		4.2	2.1	2.4	2.3	615
2/19	一	香菇油飯	酸絲素肚 素肚酸菜<炒>	大瓜燴木耳 大黃瓜木耳素蝦仁<炒>	蔬炒結頭菜 結頭菜蔬菜<炒>	有機 非基改豆腐味噌	味噌湯		4.2	2.1	2.2	2.2	606
2/20	二	糙米飯	海結豆干 非基改豆干海帶結<滷>	香菇麵筋 麵筋香菇<煮>	菇炒花椰菜 花椰菜蔬菜菇<炒>	有機 /		水果 牛奶	4.2	2.2	2.1	2.3	735
2/21	三	白飯	素魚排 素魚排<燒>	醬燒凍豆腐 非基改凍豆腐<燒>	芝麻四季豆 四季豆芝麻<煮>	綠蔬 /	蔬菜燉湯	豆 奶	4.2	2.3	2.2	2.3	667
2/22	四	紫米飯	炸醬干丁 非基改干丁蔬菜<煮>	冬瓜麵輪 麵輪冬瓜<煮>	蔬炒高麗菜 高麗菜蔬菜<炒>	有機 竹筍	筍片湯		4.2	2.2	2.4	2.2	618
2/23	五	胚芽飯	白玉烤麸 烤麸蘿蔔<煮>	彩椒豆腸 非基改豆腸蔬菜<燒>	蒲瓜木耳 蒲瓜蔬菜<炒>	綠蔬 金針花蔬菜	金針燉湯	水果 /	4.1	2.3	2.3	2.3	621
2/26	一	麥片飯	鐵板油腐 非基改油豆腐蔬菜<燒>	滷花干 非基改蘭花干<滷>	海山醬蘿蔔 蘿蔔蔬菜<煮>	有機 洋芋	洋芋湯		4.3	2.3	2.2	2.3	632
2/27	二	薏仁飯	薑絲素雞 非基改素雞薑<煮>	蔬香干絲 非基改干絲蔬菜<煮>	炒高麗菜 高麗菜蔬菜<炒>	有機 非基改豆腐味噌	味噌豆腐湯	水果 /	4.2	2.3	2.1	2.3	683
2/28	三	~228紀念日放假不供餐~											
2/29	四	客家粄條	雙菇燒豆包 菇非基改豆包<燒>	塔香麵腸 麵腸九層塔<炒>	蔬炒海帶絲 海帶絲蔬菜<炒>	有機 非基改豆腐蔬菜	酸辣湯		4.2	2.2	2.2	2.3	618