



111年5月餐點表

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午 餐 | | | | | | 下午點心 | 全穀根莖類/份 | 蔬菜類/份 | 豆魚肉蛋類/份 | 油脂堅果種子類/份 | 水果類 | 熱量 |
|------|----|-----------|------|-------|-------|----|-------|----|----------|---------|-------|---------|-----------|-----|-------|
| | | | 主食 | 主 菜 | 副菜一 | 時蔬 | 湯品類 | 水果 | | | | | | | |
| 5/2 | 一 | 昆布雞汁粥 | 白米飯 | 咖哩肉片 | 絞肉白菜 | 蔬菜 | 甘藍大骨湯 | 水果 | 冬瓜銀耳露 | 5.0 | 1.7 | 2.1 | 2.5 | 1.0 | 722.5 |
| 5/3 | 二 | 蛋餅.仙草干茶 | 糙米飯 | 白玉肉丁 | 三色蛋 | 蔬菜 | 南瓜濃湯 | 水果 | 慶生蛋糕.麥茶 | 5.1 | 1.3 | 2.6 | 2.5 | 1.0 | 757.0 |
| 5/4 | 三 | 果醬吐司.牛奶 | 拌飯特餐 | 美味肉排 | 拌飯配料 | 蔬菜 | 大醬湯 | 水果 | 關東煮 | 5.0 | 1.2 | 2.1 | 2.5 | 1.0 | 710.0 |
| 5/5 | 四 | 家常湯麵 | 糙米飯 | 地瓜焗雞 | 番茄高麗 | 蔬菜 | 黑糖粉圓 | 水果 | 蔬菜煎餅.時蔬湯 | 5.3 | 1.4 | 2.3 | 2.5 | 1.0 | 751.0 |
| 5/6 | 五 | 銀絲卷.豆漿 | 紫米飯 | 茄汁肉絲 | 豆包花椰 | 蔬菜 | 冬瓜大骨湯 | 水果 | 煎餃.貢片湯 | 5.2 | 1.9 | 2.3 | 2.5 | 1.0 | 756.5 |
| 5/9 | 一 | 蔥抓餅.冬瓜茶 | 白米飯 | 洋蔥肉片 | 紅仁炒蛋 | 蔬菜 | 蘿蔔大骨湯 | 水果 | 黑糖珍珠湯 | 5.0 | 1.8 | 2.3 | 2.0 | 1.0 | 717.5 |
| 5/10 | 二 | 台式米苔目湯 | 糙米飯 | 香滷棒腿 | 肉絲玉菜 | 蔬菜 | 針菇大骨湯 | 水果 | 珍珠丸子.時蔬湯 | 5.3 | 1.5 | 2.6 | 1.5 | 1.0 | 731.0 |
| 5/11 | 三 | 黑糖饅頭.麥茶 | 西式特餐 | 茄汁肉醬 | 三杯杏鮑菇 | 蔬菜 | 花椰濃湯 | 水果 | 米粉羹 | 5.2 | 1.8 | 2.3 | 2.0 | 1.0 | 731.5 |
| 5/12 | 四 | 肉羹湯餃 | 糙米飯 | 筍干燒肉 | 絞肉白菜 | 蔬菜 | 綠豆湯 | 水果 | 炒粿條 | 5.5 | 1.5 | 2.7 | 2.0 | 1.0 | 775.0 |
| 5/13 | 五 | 鮮肉包.仙草干茶 | 燕麥飯 | 家常燒雞 | 蔬香冬粉 | 蔬菜 | 味噌蛋丁湯 | 水果 | 香煎蘿蔔糕 | 5.4 | 1.2 | 2.5 | 2.0 | 1.0 | 745.5 |
| 5/16 | 一 | 魚丸米粉湯 | 白米飯 | 洋芋燉肉 | 肉末玉菜 | 蔬菜 | 紫菜湯 | 水果 | 蒸地瓜.紫菜湯 | 5.4 | 1.6 | 2.0 | 2.3 | 1.0 | 731.5 |
| 5/17 | 二 | 蛋餅.決明子茶 | 糙米飯 | 南瓜咖哩雞 | 關東煮 | 蔬菜 | 白菜蛋花湯 | 水果 | 絞肉細滑粉 | 5.3 | 1.6 | 2.9 | 2.2 | 1.0 | 787.5 |
| 5/18 | 三 | 玉菜瘦肉粥 | 拌飯特餐 | 梅粉魚排 | 拌飯配料 | 蔬菜 | 冬瓜薑絲湯 | 水果 | 麻油麵線 | 5.0 | 1.5 | 2.3 | 2.5 | 1.0 | 732.5 |
| 5/19 | 四 | 酸辣湯麵 | 糙米飯 | 瓜仔肉 | 番茄炒蛋 | 蔬菜 | 仙草甜湯 | 水果 | 餛飩湯 | 5.1 | 1.4 | 2.4 | 2.2 | 1.0 | 731.0 |
| 5/20 | 五 | 小麵包.豆漿 | 芝麻飯 | 味噌肉片 | 絞肉瓜粒 | 蔬菜 | 蘿蔔大骨湯 | 水果 | 紅豆薏仁湯 | 5.2 | 2.0 | 2.0 | 2.3 | 1.0 | 727.5 |
| 5/23 | 一 | 煎餃.麥茶 | 白米飯 | 銀蘿燒肉 | 蛋香白菜 | 蔬菜 | 玉菜大骨湯 | 水果 | 麵線羹 | 5.0 | 2.1 | 2.0 | 2.3 | 1.0 | 716.0 |
| 5/24 | 二 | 蔥抓餅.決明子茶 | 糙米飯 | 香滷雞翅 | 家常蛋丁 | 蔬菜 | 時瓜湯 | 水果 | 炒米苔目 | 5.1 | 1.1 | 2.5 | 2.2 | 1.0 | 731.0 |
| 5/25 | 三 | 雙色饅頭.仙草干茶 | 炊粉特餐 | 醬燒肉排 | 炊粉配料 | 蔬菜 | 三絲羹湯 | 水果 | 蘿蔔糕湯 | 5.2 | 1.5 | 2.2 | 1.9 | 1.0 | 712.0 |
| 5/26 | 四 | 鮮燴烏龍麵 | 糙米飯 | 蔥爆雞丁 | 枸杞蒲瓜 | 蔬菜 | 紅豆西米露 | 水果 | 珍珠丸子.時蔬湯 | 5.4 | 1.6 | 2.3 | 2.0 | 1.0 | 740.5 |
| 5/27 | 五 | 芝麻包.冬瓜茶 | 小米飯 | 冬瓜絞肉 | 番茄豆腐 | 蔬菜 | 時蔬湯 | 水果 | 肉絲寬粉煲 | 5.2 | 1.6 | 2.6 | 2.1 | 1.0 | 753.5 |
| 5/30 | 一 | 小籠包.時蔬湯 | 白米飯 | 咖哩肉片 | 蛋香豆薯 | 蔬菜 | 海芽湯 | 水果 | 關東煮 | 5.2 | 1.4 | 2.0 | 2.3 | 1.0 | 712.5 |
| 5/31 | 二 | 蛋餅.仙草干茶 | 糙米飯 | 打拋豬 | 豆包豆芽 | 蔬菜 | 時瓜大骨湯 | 水果 | 芝麻包.麥茶 | 5.0 | 2.2 | 1.9 | 2.2 | 1.0 | 706.5 |

一、供應蔬菜品項：青江菜、油菜、A菜、高麗菜、小白菜、大陸妹、地瓜葉、菠菜、空心菜、豆芽菜、圓蒲、絲瓜、敏豆等。

二、供應水果品項：芭樂、西瓜、蘋果、鳳梨、香蕉、小番茄、哈密瓜、木瓜、柳丁、橘子等。

三、本餐點食材來源一律使用國產豬、牛肉。

四、本餐點表內容因時令季節因素而時有更動。

