

日期	三餐一Q	星期	主食	主菜	副菜	時蔬	湯	校園飲品	全穀雜糧類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	油類類(份)	水果類(份)	奶類(份)	糖量(大卡)	
4/3	♥	一	國定假日補假一天													
4/4	♥	二	兒童節放假一天													
4/5	♥	三	清明節放假一天													
4/6	♥	四	蕎麥飯(有機)	椰香咖哩素雞	素香扁蒲	🥬有機時蔬	香菇筍片湯	水果	3.7	2.7	1.8	2.1	1.0	1.0	784	
4/7	♥	五	薏仁飯	茄汁素肉醬	栗子炒南瓜	時蔬	洋芋湯	水果	3.8	2.8	1.8	2.3	1.0	0.0	657	
4/10	♥	一	🔴什錦炒烏龍	日式醬煮豆腐	枸杞冬瓜	🥬有機時蔬	黃芽湯	水果	3.9	2.6	1.7	2.2	1.0	0.0	644	
4/11	♥	二	有機白米飯	★酥炸素棒腿*1	醬香豆薯	🥬有機時蔬	🍌紅豆甜湯	水果/保久乳	3.9	2.7	1.7	3.0	1.0	1.0	836	
4/12	♥	三	燕麥飯	照燒素雞	玉米干丁	時蔬	素肉羹湯	水果	3.7	2.8	1.6	2.2	1.0	0.0	640	
4/13	♥	四	紅藜飯	醬燒烤麩	毛豆炒菜脯(黃豆)	🥬有機時蔬	南瓜濃湯	水果	3.8	2.7	1.8	2.2	1.0	1.0	796	
4/14	♥	五	五穀飯(有機)	塔香麵腸	螞蟻上樹	時蔬	蔬菜高湯	水果	3.9	2.8	1.6	2.4	1.0	0.0	663	
4/17	♥	一	小米飯	☆檸檬香豆包*1	薑燒絲瓜	🥬有機時蔬	米苔目湯	水果/豆奶	3.9	2.6	1.8	2.6	1.0	1.0	814	
4/18	♥	二	🔴有機白米飯	🍷橙汁蘭花干	日式關東煮	🥬有機時蔬	味噌湯	水果	4.1	2.5	1.6	2.1	1.0	0.0	644	
4/19	♥	三	胚芽飯	馬鈴薯燉黑干	海帶三絲	時蔬	大滷湯	水果	3.8	2.6	1.8	2.2	1.0	0.0	639	
4/20	♥	四	咖哩炒飯	🍷糖醋素排骨(堅)	清炒黃瓜	🥬有機時蔬	🍌芋頭西米露	水果	3.6	2.4	1.6	2.4	1.0	1.0	766	
4/21	♥	五	糙米飯	素絞肉小爪	日式照燒豆腐	時蔬	黃瓜湯	水果	3.8	2.7	1.8	2.2	1.0	0.0	646	
4/24	♥	一	麥片飯(有機)	紅燒素腰花	壽喜時蔬	🥬有機時蔬	🍌仙草甜湯	水果	3.9	2.6	1.7	2.3	1.0	1.0	798	
4/25	♥	二	有機白米飯	梅干杏鮑菇	毛豆南瓜燒(黃豆)	🥬有機時蔬	羅宋湯	水果	3.7	2.6	1.7	2.4	1.0	0.0	639	
4/26	♥	三	地瓜飯	麻香素花枝	夾心豆干*1	時蔬	鮮筍湯	水果	4.0	2.7	1.8	2.5	1.0	0.0	673	
4/27	♥	四	紫米飯	★椒鹽百頁	白菜滷	🥬有機時蔬	酸辣湯	水果/保久乳	3.8	2.6	1.8	3.1	1.0	1.0	830	
4/28	♥	五	🔴泰式炒河粉	🍷鹽鞠炒干片(堅)	雙色花椰	時蔬	玉米湯	水果	4.1	2.6	1.7	2.3	1.0	0.0	662	
主菜食材特性分析(次/月)					主菜食材特性分析(次/月)		副菜食材特性分析(次/月)		有機蔬菜	奶類入菜	有機米	堅果入菜	油炸品	保久乳	甜湯	
豆類及豆、麵筋製品	蛋品	魚肉及海鮮		雞肉		生鮮食材	調理食品	生鮮食材								調理食品
14次	0次	0次		0次		17次	0次	17次								0次

二、本群組午餐使用的豬肉及其製品皆是產地臺灣的國產豬肉。

十三、午餐廠商：統鮮美食股份有限公司 景美國小駐校主廚：賴晴潭 景美國小駐校營養師：彭雅琪、黃詩芸。