



| 日期    | 星期 | 主食          | 副食    |          |          |      | 湯     | 水果 | 全穀雜糧類(份) | 豆魚蛋肉類(份) | 蔬菜類(份) | 乳品類(份) | 油脂與堅果種子類(份) | 水果類(份) | 熱量kcal |
|-------|----|-------------|-------|----------|----------|------|-------|----|----------|----------|--------|--------|-------------|--------|--------|
| 2月16日 | 五  | 白飯          | 韓式雞丁  | 海帶滷百頁    | 蒸燒賣2粒    | 季節時蔬 | 芋頭西米露 | 水果 | 5.6      | 3.3      | 1.5    |        | 3.0         | 1.0    | 872    |
| 2月17日 | 六  | 白飯          | 香滷雞塊  | 下飯肉燥     | 花椰菜炒肉絲   | 季節時蔬 | 酸菜豬血湯 |    | 5.5      | 3.6      | 1.9    |        | 3.0         |        | 838    |
| 2月19日 | 一  | 白飯          | 咖哩雞丁  | 火腿白菜     | 滷黑輪條1條   | 季節時蔬 | 黃瓜龍骨湯 |    | 5.5      | 3.2      | 2.5    |        | 3.0         |        | 823    |
| 2月20日 | 二  | 白飯          | 醬燒排骨  | 泰式拌什錦    | 椒鹽雙拼(註1) | 季節時蔬 | 冬瓜魚丸湯 | 水果 | 5.0      | 3.0      | 2.6    |        | 3.0         | 1.0    | 835    |
| 2月21日 | 三  | 鍋燒泡飯        | 香滷豬排  | 鮮蔬炒雞絲    | 滷油豆腐1塊   | 季節時蔬 |       |    | 5.5      | 3.4      | 2.6    |        | 3.0         |        | 840    |
| 2月22日 | 四  | 白飯          | 泰式打拋肉 | 螞蟻上樹     | 榨菜炒雞絲    | 季節時蔬 | 紫菜蛋花湯 |    | 5.5      | 3.3      | 2.4    |        | 3.0         |        | 828    |
| 2月23日 | 五  | 糙米飯         | 鐵板雞   | 日式蒸蛋     | 小黃瓜炒肉片   | 季節時蔬 | 綠豆湯   |    | 5.8      | 2.5      | 3.1    |        | 3.0         |        | 806    |
| 2月26日 | 一  | 白飯          | 宮保雞丁  | 玉米肉末     | 紅蘿蔔炒蛋    | 季節時蔬 | 昆布味噌湯 |    | 5.5      | 3.2      | 2.1    |        | 3.0         |        | 813    |
| 2月27日 | 二  | 小米飯         | 京醬肉片  | 塔香海茸炒雞絲  | 麥克雞塊2塊   | 季節時蔬 | 關東煮湯  | 水果 | 5.6      | 3.3      | 2.0    |        | 3.0         | 1.0    | 885    |
| 2月28日 | 三  | ~ 和平紀念日放假 ~ |       |          |          |      |       |    |          |          |        |        |             |        | 0      |
| 2月29日 | 四  | 白飯          | 馬鈴薯燉肉 | 什錦燴菜(註2) | 雙色炒蛋     | 季節時蔬 | 枸杞雞湯  |    | 5.5      | 3.2      | 2.3    |        | 3.0         |        | 818    |

◎菜單中『★』記號為本月新菜色

◎有底色的日期為無肉日、特色餐

本月份調味料供應商—1. 油:美食家2. 黑麻油:多吉師3. 烏醋、白醋:穀盛4. 鹽:台鹽5. 糖:台糖6. 沙茶醬:牛頭牌7. 蕃茄醬:可美特8. 咖哩粉:小磨坊9. 醬油:味王

註1: 米血、百頁

註2: 大白菜、燕餃、筍干、魚丸、紅蘿蔔、香菇、豆皮、龍骨

※本校午餐一律使用國產豬肉食材