



日期	星期	主食	副食				湯	水果	營養成分					熱量kcal
									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)	
4月1日	二	薏仁飯	蒜泥白肉	玉米炒毛豆	蒸水餃3粒	季節時蔬	酸辣湯	水果	6.2	2.7	2.1	3.0	1.0	884
4月2日	三	白飯	唐揚炸雞	螞蟻上樹	下飯肉燥	季節時蔬	海帶芽蛋花湯		5.8	3.2	2.0	3.0		831
4月3日	四	~ 清明.兒童節連假 ~										0		
4月4日	五											0		
4月7日	一	白飯	義式香草紙包雞	大白菜扒魚蛋	黑輪條1條	季節時蔬	味噌豆枝湯		5.5	3.1	2.2	3.0		808
4月8日	二	糙米飯	泰式打拋肉	菜脯炒蛋	小黃瓜炒雞絲	季節時蔬	金針菇排骨湯	水果	5.8	2.7	3.1	3.0	1.0	881
4月9日	三	炸醬麵	香滷雞翅	洋蔥炒肉絲	什錦滷味(註1)	季節時蔬	玉米蛋花湯		5.8	3.2	2.0	3.0		831
4月10日	四	白飯	碎米雞丁	炒三鮮(註2)	嫩蛋花椰	季節時蔬	酸菜排骨湯		6.0	2.8	2.4	3.0		825
4月11日	五	燕麥飯	紐澳良炸雞塊 + 沙茶肉片	大黃瓜炒魚板	燒賣1粒	季節時蔬	冬瓜山粉圓		5.8	2.7	3.1	3.0		821
4月14日	一	白飯	糖醋排骨	海帶三絲	咖哩魚蛋	季節時蔬	粉絲蛋花湯		5.7	2.8	2.5	3.0		807
4月15日	二	小米飯	冰糖醬雞	紅蘿蔔炒蛋	香酥什錦(註3)	季節時蔬	香菇龍骨湯	水果	5.6	3.0	2.6	3.0	1.0	877
4月16日	三	鍋燒雞絲麵	蔥燒豬排	玉米肉末	芝麻醬拌什錦(註4)	季節時蔬			5.5	3.5	2.4	3.0		843
4月17日	四	白飯	沙茶雞丁	紹子豆腐	扁蒲炒雞絲	季節時蔬	涼薯蛋花湯		6.0	2.8	2.4	3.0		825
4月18日	五	五穀飯	冬瓜燉肉	麥克雞塊3塊	壽喜燒(註5)	季節時蔬	水果茶		6.3	2.7	2.1	3.0		831
4月21日	一	白飯	香料干烹雞	紅燒魷魚羹	滷油豆腐1塊	季節時蔬	紫菜蛋花湯		5.9	3.0	2.5	3.0		836
4月22日	二	燕麥飯	豆豉排骨	塔香豆腐	芹香甜不辣	季節時蔬	南瓜濃湯	水果	5.5	3.3	2.0	3.0	1.0	878
4月23日	三	什錦炒烏龍麵	起司雞排	豆干炒肉絲	玉米炒蛋	季節時蔬	筍片龍骨湯		5.9	3.1	2.2	3.0		836
4月24日	四	白飯	梅干扣肉	拌炒寬冬粉	白米珍珠丸1粒	季節時蔬	酸菜豬血湯		5.6	2.9	2.2	3.0		800
4月25日	五	糙米飯	蠔油雞丁	炸物雙拼(註6)	火腿白菜	季節時蔬	綠豆湯		5.9	2.7	2.5	3.0		813
4月28日	一	白飯	宮保雞丁	蛋酥燴肉羹	小虱目魚排1塊	季節時蔬	蘿蔔貢丸湯		6.3	2.7	1.6	3.0		819
4月29日	二	小米飯	東坡肉	洋芋三色(註7)	茄汁滑蛋豆腐	季節時蔬	枸杞雞湯	水果	5.9	2.6	2.4	3.0	1.0	863
4月30日	三	白飯	瓜子雞丁	洋蔥炒蛋	芝麻球1粒	季節時蔬	冬菜排骨湯		5.8	3.2	2.0	3.0		831

※本校午餐一律使用國產豬肉食材

◎菜單中「★」記號為本月新菜色 ◎有底色的日期為特色餐

本月份調味料供應商—1.油:泰山2.黑麻油:義興3.烏醋、白醋:穀盛4.鹽:台鹽5.糖:味丹6.沙茶醬:牛頭牌7.蕃茄醬:不倒翁8.咖哩粉:小磨坊9.醬油:金蘭

註1:白蘿蔔,高麗菜,黑輪,貢丸

註2:西洋芹,肉條,紅蘿蔔,杏鮑菇

註3:地瓜,熱狗,豆腐

註4:綠豆芽,干絲,火腿,紅蘿蔔

註5:高麗菜,洋蔥,雞蛋,肉絲,魚板,香菇

註6:米血,百頁豆腐

註7:洋芋,熱狗,玉米,絞肉

