

| 日期    | 星期 | 主食           | 副食            |          |            |      | 湯      | 水果 | 全穀雜糧類<br>(份) | 豆魚蛋肉類<br>(份) | 蔬菜類<br>(份) | 水果類<br>(份) | 水果類<br>(份) | 水果類<br>(份) | 熱量kcal |
|-------|----|--------------|---------------|----------|------------|------|--------|----|--------------|--------------|------------|------------|------------|------------|--------|
| 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          | 螞蟥上樹     | 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  | 招牌飯湯         | 塔香豬排          | 紅燒豆腐     | 蒸奶黃包1個     | 季節時蔬 |        |    | 6.0          | 3.0          | 2.7        | 3.0        |            |            | 848    |
| 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  | 皮蛋瘦肉粥        | 刈包(糖粉.花生粉)    | 酸菜炒肉片    | 高麗菜炒豆包     | 季節時蔬 |        |    | 6.0          | 3.2          | 1.7        | 3.0        |            |            | 838    |
| 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          | 洋葱炒蛋     | 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.洋葱.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