



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)	油脂類(份)	水果類(份)	熱量kcal
6月1日	一	白飯	蘿蔔燒肉	麻婆豆腐	彩繪雞蓉(註1)	季節時蔬	南瓜龍骨湯		6.0	2.8	2.2		3.0		820
6月2日	二	燕麥飯	梅粉炸雞	火腿高麗菜	五香肉燥	季節時蔬	海帶芽湯	水果	5.5	3.0	2.0		3.0	1.0	855
6月3日	三	白飯	豆瓣燒排骨	大白菜扒魚蛋	培根花椰	季節時蔬	玉米蛋花湯		5.7	2.8	2.0		3.0		794
6月4日	四	白飯	冬瓜燒雞	螞蟻上樹(註2)	塔香海茸炒肉絲	季節時蔬	金針菇排骨湯		5.8	3.0	1.7		3.0		809
6月5日	五	糙米飯	滷肉排 + 乳酪口味小蛋糕	海帶三絲	雙色炒蛋	季節時蔬	現切水果茶		5.8	3.4	1.8		3.0		841
6月8日	一	白飯	碎米雞丁	洋蔥炒肉絲	麥克雞塊3塊	季節時蔬	筍片龍骨湯		6.1	2.7	2.1		3.0		817
6月9日	二	紫米飯	馬鈴薯燉肉	大黃瓜炒雞絲	白米珍珠丸1粒	季節時蔬	銀魚豆腐湯	水果	6.0	2.4	2.1		3.0	1.0	848
6月10日	三	海苔香鬆拌飯	香滷豬排	壽喜燒(註3)	菜脯炒蛋	季節時蔬	肉骨茶湯		5.5	3.1	2.5		3.0		815
6月11日	四	白飯	京醬肉片	玉米肉末	椒鹽雙拼(註4)	季節時蔬	酸菜豬血湯		5.8	2.8	2.2		3.0		806
6月12日	五	小米飯	義式香草紙包雞	涼薯炒蛋	燒賣1粒	季節時蔬	綠豆湯		5.5	3.2	2.2		3.0		815
6月15日	一	白飯	黑胡椒雞丁	高麗菜炒肉片	黑輪條1條	季節時蔬	冬瓜魚丸湯		6.1	2.7	2.1		3.0		817
6月16日	二	五穀飯	蒜泥白肉	嫩蛋花椰	什錦燴菜(註5)	季節時蔬	味噌豆枝湯	水果	5.5	3.0	2.3		3.0	1.0	863
6月17日	三	鍋燒雞絲麵	香酥粉雞排	日式蒸蛋	餐包1粒	季節時蔬			5.7	3.1	2.5		3.0		829
6月18日	四	糙米飯	三杯雞	洋芋三色(註6)	小魷魚排1塊	季節時蔬	紅豆湯		5.5	3.2	2.2		3.0		815
6月19日	五	~端午節放假~													
6月22日	一	白飯	紅燒排骨	玉米炒蛋	什錦炒冬粉	季節時蔬	冬菜雞湯		6.1	2.7	2.1		3.0		817
6月23日	二	小米飯	宮保雞丁	白菜滷	家常豆腐	季節時蔬	玉米濃湯	水果	5.0	3.2	2.3		3.0	1.0	843
6月24日	三	鮭魚炒飯	香滷雞塊	韓式泡菜鍋	鮮蔬田條(註9)	季節時蔬	紫菜蛋花湯		5.9	3.1	2.2		3.0		836
6月25日	四	白飯	梅干肉片	紅蘿蔔炒蛋	紅燒獅子頭1粒	季節時蔬	涼薯排骨湯		5.8	2.8	2.2		3.0		806
6月26日	五	燕麥飯	糖醋肉丁	滷味(註8)	小虱目魚排1塊	季節時蔬	檸檬山粉圓		5.5	3.2	2.2		3.0		815
6月29日	一	白飯	醬爆雞丁	小黃瓜炒肉片	芝麻球1粒	季節時蔬	和風味噌湯		6.0	3.0	1.5		3.0		818
6月30日	二	結業式													

◎有底色的日期為特色餐

本月份調味料供應商—1.油:美食家2.黑麻油:義興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:不倒翁8.咖哩粉:小磨坊9.醬油:金蘭

※本校午餐一律使用國產豬肉食材

註1:香菇,雞肉,玉米,毛豆,紅蘿蔔

註2:大白菜,冬粉,紅蘿蔔,絞肉,黑芝麻

註3:高麗菜,洋蔥,肉片,魚板,金針菇,香菇

註4:黑輪,百頁豆腐

註5:大白菜,白蘿蔔,筍干,黃金魚蛋,酸菜,紅蘿蔔,香菇

註6:馬鈴薯,火腿,紅蘿蔔,絞肉

註7:地瓜,米血,百頁豆腐

註8:白蘿蔔,魚丸,豆皮,燕餃

註9:花椰菜,肉片,魚板

