

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)	品類(份)	油類類(份)	水果類(份)	水產類(份)	熱量(kcal)
3月2日	一	白飯	宮保雞丁	沙茶魷魚羹	小黃瓜炒黑輪	季節時蔬	涼薯龍骨湯		5.5	3.4	2.1		3.0		828	
3月3日	二	糙米飯	蒜泥白肉	茄汁洋蔥豆包	螞蟻上樹(註1)	季節時蔬	關東煮湯	水果	5.6	3.3	2.0		3.0	1.0	885	
3月4日	三	大滷麵	義式紙包雞	泰式檸檬雞絲	白米珍珠丸1粒	季節時蔬			6.0	3.7	2.0		3.0		883	
3月5日	四	白飯	馬鈴薯燉肉	什錦燴菜(註2)	小花枝排塊	季節時蔬	香菇雞湯		5.9	3.2	2.3		3.0		846	
3月6日	五	麥片飯	蠔油雞丁	海帶滷百頁	玉米炒蛋	季節時蔬	綠豆湯		6.4	3.2	2.0		3.0		873	
3月9日	一	白飯	豆乳雞	宮保高麗	五香肉燥	季節時蔬	南瓜排骨湯		6.1	3.4	2.2		3.0		872	
3月10日	二	薏仁飯	梅干扣肉	海帶三絲	椒鹽雙拼(註3)	季節時蔬	粉絲蛋花湯	水果	5.8	3.0	2.1		3.0	1.0	879	
3月11日	三	鮪魚炒飯	蔥燒豬排	培根花椰	滷味	季節時蔬	冬瓜大骨湯		5.8	3.0	2.2		3.0		821	
3月12日	四	白飯	咖哩雞丁	蛋酥燴肉羹	蒸鍋貼2個	季節時蔬	酸菜豬血湯		5.7	3.1	2.5		3.0		829	
3月13日	五	糙米飯	蘿蔔燒肉	洋蔥炒蛋	豆干炒肉片	季節時蔬	檸檬山粉圓		5.6	3.2	2.4		3.0		827	
3月16日	一	白飯	碎米雞丁	玉米肉末	塔香豆腐	季節時蔬	筍片龍骨湯		6.1	3.4	2.2		3.0		872	
3月17日	二	黑芝麻飯	蠔油肉片	芝麻醬拌什錦(註4)	菜脯炒豆干	季節時蔬	海帶芽蛋花湯	水果	5.8	3.0	2.1		3.0	1.0	879	
3月18日	三	白飯	香料干烹雞	培根白菜	塔香海茸炒肉絲	季節時蔬	四神湯		5.9	3.2	2.5		3.0		851	
3月19日	四	白飯	京醬肉片	日式蒸蛋	滷黑輪條1條	季節時蔬	枸杞雞湯		5.7	3.3	2.1		3.0		834	
3月20日	五	燕麥飯	香滷雞塊+芋頭口味蛋糕捲*	咖哩魚蛋	扁蒲炒肉絲	季節時蔬	紅豆湯		6.0	3.5	2.6		3.0		883	
3月23日	一	白飯	瓜子雞丁	花椰菜炒火腿	滷油豆腐1塊	季節時蔬	鮮菇排骨湯		5.7	3.0	2.0		3.0		809	
3月24日	二	糙米飯	東坡肉	玉米炒毛豆	麥克雞塊3塊	季節時蔬	紫菜蛋花湯	水果	5.7	2.9	2.0		3.0	1.0	862	
3月25日	三	鍋燒泡飯	香酥雞翅	榨菜炒肉絲	蒸奶黃包1粒	季節時蔬			6.2	3.3	2.0		3.0		867	
3月26日	四	白飯	豆豉燒肉	什錦炒冬粉	魷魚丸1粒	季節時蔬	味噌豆枝湯		5.5	3.3	2.1		3.0		820	
3月27日	五	薏仁飯	韓式雞丁	紅蘿蔔炒蛋	大黃瓜炒蟹味棒	季節時蔬	芋香西米露		5.9	3.2	2.1		3.0		841	
3月30日	一	白飯	三杯雞	小黃瓜炒魷魚	蒸水餃3粒	季節時蔬	肉骨茶湯		6.1	3.4	2.2		3.0		872	
3月31日	二	五穀飯	筍干燒肉	涼薯炒蛋	關東煮(註5)	季節時蔬	酸辣湯	水果	5.7	2.9	2.0		3.0	1.0	862	

◎菜單中「★」記號為本月新菜色 ◎有底色的日期為特色餐

※本校午餐一律使用國產豬肉食材

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:高麗菜、冬粉、肉絲、香菇、黑芝麻、木耳

註2:高麗菜、魚丸、筍干、杏鮑菇、紅蘿蔔、龍骨、木耳

註3:黑輪、米血

註4:綠豆芽、火腿、雞胸肉、紅蘿蔔

註5:白蘿蔔、米血、魚丸、紅蘿蔔、柴魚片

