

日期	星期	主食	主菜	美味副菜	蔬菜	湯品	附餐	備註
10/1	四	白飯	大 炸豬排 炸:豬排S	和風咖哩 煮:洋芋Q、洋蔥Q、 毛豆T	鮮炒甘藍 炒:高麗菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	有機蔬菜 有菜脆筍湯 筍片、酸菜、肉片S	5 2 2 2 7	4 6 1 7 7
10/2	五	糙米飯	沙茶燒魚 煮:鮑魚丁Q、白菜Q、 凍豆腐 、木耳Q	甜蔥玉米蛋 炒:玉米Q、洋蔥Q、 蛋Q 、紅蘿蔔Q	糖醋甜不辣 炒:甜不辣Q、敏豆Q	有機蔬菜 冬瓜雞湯 冬瓜Q、筍、雞肉T、當歸	5 2 2 2 7	5 7 2 5 9
10/5	一	胚芽飯	炒三杯雞 炒:雞肉T、九層塔	五更豆腐 燒:◆ 豆腐 、酸菜、豬肉S、木耳Q、紅蘿蔔Q、金針菇Q	彩蔬青花 炒:青花菜Q、彩椒Q	履歷蔬菜 味噌海芽湯 ◆海帶芽、味噌	5 2 2 2 7	4 6 1 7 7
10/6	二	白飯	大 蒜蓉燒豬排 燒:豬排S	海山醬關東煮 煮:白蘿蔔Q、海帶結、貢丸S、玉米Q	鐵板時蔬 炒:豆芽菜Q、紅蘿蔔Q、韭菜Q	有機蔬菜 番茄蛋花湯 番茄Q、 蛋Q	5 2 2 2 7	5 6 1 7 4
10/7	三	蘑菇鐵板麵 (幸福C)	大 脆皮雞排 炸:雞排S	醬燒蘿蔔糕 燒:蘿蔔糕	開陽蒲瓜 燒:蒲瓜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q、◆ 蝦米	有機蔬菜 綠豆湯 綠豆	5 2 2 2 7	6 7 2 9 5
10/8	四	地瓜飯	義式燉肉 煮:肉丁S、洋芋Q、洋蔥Q、番茄Q	奶油洋蔥蛋 炒:◆ 蛋Q 、洋蔥Q、 毛豆T	蒜蓉炒冬粉 炒:冬粉、高麗菜Q、木耳Q、紅蘿蔔Q	有機蔬菜 結頭肉片湯 結頭菜Q、肉片S、紅蘿蔔Q	5 2 2 2 7	4 7 2 5 8
10/9	五	10/10國慶日補假一天，本日不供餐						
10/12	一	白飯	椰香南洋豬 煮:肉丁S、南瓜Q、紅蘿蔔Q	油腐燒雞 煮:◆ 油豆腐 、雞肉T、紅蘿蔔Q	金菇條豆 炒:敏豆Q、金針菇Q	履歷蔬菜 香筍肉片湯 筍、豬肉S、筍Q	5 2 2 2 7	5 6 2 7 7
10/13	二	紫米飯	滷黑豆干x1 滷:◆ 黑豆干	黑胡椒洋芋 煮:洋芋Q、玉米Q、紅蘿蔔Q	白菜魯 煮:大白菜Q、筍、紅蘿蔔Q	有機蔬菜 蘿蔔湯 白蘿蔔Q、紅蘿蔔Q、◆ 豆皮	5 2 2 2 7	6 6 2 7 4
10/14	三	白飯 (幸福A)	大 鮮嫩豬排 燒:豬排S	BBQ烤肉片 燒:豬肉S、筍、洋蔥Q、彩椒Q	紅絲炒蛋 炒:紅蘿蔔Q、洋蔥Q、 蛋Q	季節蔬菜 大瓜雞湯 大黃瓜Q、紅蘿蔔Q、雞肉T	5 2 2 2 7	7 7 2 8 2
10/15	四	小米飯	大 照燒雞排 燒:雞排S、 芝麻	炸醬肉燥 煮:◆ 豆子 、絞肉S、 毛豆T	蒜香高麗 炒:高麗菜Q、紅蘿蔔Q、木耳Q	有機蔬菜 仙草雞湯 洋芋Q、雞肉T、紅棗、仙草中藥包	5 2 2 2 7	5 7 1 8 6
10/16	五	白飯	烏梅醬肉丁 燒:豬肉S、洋蔥Q、 芝麻	大瓜什錦 煮:大黃瓜Q、紅蘿蔔Q、筍	香酥拼盤 炸:◆ 豆腐 、地瓜T、雞肉T	有機蔬菜 麥香冬瓜露 蕎麥、冬瓜糖	5 2 2 2 7	6 6 2 7 4
10/17	六	10/17(六) 運動會提供麵包						
10/19	一	紅藜飯	醬爆雞丁 燒:雞丁T、小瓜Q	番茄炒蛋 炒:番茄Q、 蛋Q	玉米彩蔬 炒:玉米Q、紅蘿蔔Q、洋芋Q、 毛豆T 、絞肉S	履歷蔬菜 豆腐蛋花羹 筍、◆ 豆腐 、紅蘿蔔Q、木耳Q、 蛋Q	5 2 2 2 7	6 6 1 7 1
10/20	二	白飯	大 卡啦雞腿 炸:雞腿S	綜合壽喜燒 煮:大白菜Q、◆ 油豆腐 、金針菇Q、肉片S、 鮑魚	香筍炒肉絲 炒:筍、肉絲S、紅蘿蔔Q、木耳Q	有機蔬菜 醬冬瓜肉片湯 醬冬瓜、冬瓜Q、肉片S	5 2 2 2 7	5 6 2 5 8
10/21	三	擔擔麵 (幸福C)	大 鐵板豬排 燒:豬排S、洋蔥Q、彩椒Q、筍	酸菜麵腸 炒:◆ 麵腸 、 酸菜	雙色花椰 炒:白、青花椰菜Q	季節蔬菜 燒仙草 花豆、QQ	5 2 2 2 7	7 8 2 8 5
10/22	四	白飯	韓式柚香翅腿 燒:翅小腿S*2、 芝麻	古早味瓜仔肉 煮:冬瓜Q、絞肉S、碎瓜	絲瓜凍豆腐 煮:絲瓜Q、◆ 凍豆腐 、紅蘿蔔Q、 蛋Q	有機蔬菜 昆布雞湯 海帶結、雞丁T	5 2 2 2 7	6 7 1 7 9
10/23	五	10/23運動會補假一天，本日不供餐						
10/26	一	10/26光復節補假一天，本日不供餐						
10/27	二	玉米飯 (幸福B)	大 炸魚排 炸:魚排Q	椰香咖哩肉 煮:洋芋Q、豬肉S、紅蘿蔔Q	蘑菇醬黑干 燒:◆ 黑豆干 、洋蔥Q、杏鮑菇Q、三色豆Q	有機蔬菜 肉骨茶 白蘿蔔Q、排骨S、蒜仁、肉骨茶包	5 2 2 2 7	5 4 4 2 7
10/28	三	白飯	大 烤雞翅 烤:雞翅S	三杯綜合滷味 滷:◆ 雞翅 、海帶、豬肉S	豆香佛手瓜 煮:佛手瓜Q、紅蘿蔔Q、◆ 豆皮	履歷蔬菜 麥香冬瓜露 蕎麥、冬瓜糖	5 2 2 2 7	6 7 2 9 5
10/29	四	糙米飯	糖醋豆腸 燒:◆ 豆腐 、番茄Q	古早味蒸蛋 蒸:◆ 蛋Q 、青蔥	豆皮青江菜 炒:青江菜T、◆ 豆皮	有機蔬菜 什錦蔬菜湯 大白菜Q、紅蘿蔔Q、筍Q、◆ 豆腐	5 2 2 2 7	5 7 1 8 6
10/30	五	白飯	味噌燉豬肉 煮:豬肉S、◆ 油豆腐 、紅蘿蔔Q	朴菜悶筍茸 煮:朴菜、筍茸	結頭丸子燒 煮:結頭菜Q、紅蘿蔔Q、貢丸S	有機蔬菜 榨菜肉絲湯 榨菜、紅蘿蔔Q、肉絲S	5 2 2 2 7	6 6 2 7 4

◎依桃教體字第11500606921號函，將高鈣食材內容於菜單上明確標註◆

◎營養師：沈凱瑄、曾芳瑩、張韻瑩

◎食材一律使用國產生鮮肉品及非基改食材 *菜單中(S)表示CAS台灣優良農產品,(Q)表示生產追溯QR code,(T)表示產銷履歷

◎幸福餐A(雙主菜)：大塊肉排+散塊肉品；幸福餐B(雙主菜)：魚排+散塊肉品；幸福餐C：特色主食+大塊肉排

◎每週滿五天供應一次水果，水果供應日：週(三)。

☆三章一Q豆奶日:10/27(二)

◎本菜單**斜體**內含「甲殼類、花生、牛奶、蛋類、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆類、魚類製品」，不適合其過敏體質者食用，請留意。