

日期	菜色		5/1(二)	內容	5/2(三)	內容	5/3(四)	內容	5/4(五)	內容
			香Q米飯 黑胡椒豬柳 允指翅小腿 苜菜吻魚 青菜+布丁蛋塔 菜頭湯	米 洋蔥豬柳 翅小腿 苜菜吻魚 青菜蛋塔 菜頭香茶	香Q米飯 梅干燒肉 咖哩魚丸 胡瓜三色 季節青菜 酸辣湯	米 梅菜筍乾豬肉 洋芋九子 胡瓜木耳紅蘿蔔 青菜 豆腐酸菜	香Q米飯 鹽酥雞 古都肉燥 宮保高麗菜 季節青菜 筍絲湯	米 雞丁 豬絞肉碎瓜 高麗菜香菇 青菜 筍絲蔬菜	家傳炒麵 蒜泥白肉 珍珠肉羹 熱狗棒 季節青菜 味噌湯	油麵豆芽 豬肉片蒜 香菇魚漿 熱狗麵糊 青菜 味噌海芽
建議量			主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份	熱量 715.6 卡 脂肪 22.4 克 蛋白質 25.3 克 醣類 103.2 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份	熱量 734.9 卡 脂肪 21.3 克 蛋白質 25.6 克 醣類 110.2 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份	熱量 717.6 卡 脂肪 23.2 克 蛋白質 25.4 克 醣類 101.8 克	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份	熱量 746.7 卡 脂肪 22.3 克 蛋白質 27.5 克 醣類 109 克

日期	5/7(一)	內容	5/8(二)	內容	5/9(三)	內容	5/10(四)	內容	5/11(五)	內容		
菜色	香Q米飯 桂竹肉香(素) 奶皇包 蕃茄蛋 季節青菜 玉米濃湯	米 桂竹筍素皮絲 奶皇包 蕃茄蛋 青菜 玉米粒蛋	香Q米飯 炸雞翅 碎瓜絞肉 烤可樂餅 青菜+巧克力蛋糕 海帶豆腐湯	米 雞翅 碎瓜豬絞肉 玉米粒 青菜蛋糕 海帶豆腐	香Q米飯 油腐燒肉 茄汁金雕塊 蔬菜玉米火腿 季節青菜 雪花針菇湯	米 油腐豬肉丁 魚漿 玉米火腿 蔬菜 青菜 香菇蛋	香Q米飯 香芋烤鴨 雞塊*2 芹香豆皮絲 季節青菜 小丸子湯	米 烤鴨 雞肉餡 芹香豆皮 青菜 小丸子香茶	火腿炒飯 無骨雞排 白菜粉絲羹 水晶肉圓 季節青菜 蛋花湯	五穀米火腿 雞排 白菜粉絲 魚漿肉麵皮 青菜 蛋蔥		
建議量	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份		熱量 749.1 卡 脂肪 23.5 克 蛋白質 24.2 克 醣類 110.2 克		熱量 748.5 卡 脂肪 25.3 克 蛋白質 25.7 克 醣類 104.5 克		熱量 746.8 卡 脂肪 24 克 蛋白質 26.2 克 醣類 106.5 克		熱量 746.5 卡 脂肪 24.1 克 蛋白質 26.2 克 醣類 106.2 克		熱量 762.2 卡 脂肪 24.6 克 蛋白質 26 克 醣類 109.2 克	

日期	5/14(一)	內容	5/15(二)	內容	5/16(三)	內容	5/17(四)	內容	5/18(五)	內容		
菜色	香Q米飯 什錦蔬菜排 玉米鵪蛋 △薯餅 季節青菜 味噌湯	米 蔬菜排 玉米鵪蛋 洋芋 青菜 味噌海芽	香Q米飯 回鍋肉片 卡啦翅小腿 蒜香花椰菜 青菜+大泡芙 紫菜蛋花湯	米 肉片豆干 雞翅小腿 花椰蒜頭 青菜泡芙 紫菜蛋	香Q米飯 香雞排 絞肉貢丸 小籠湯包 季節青菜 酸辣湯	米 雞排 豬絞肉貢丸 麵皮豬肉餡 青菜 豆腐豬血	香Q米飯 京醬肉絲 花生麵筋 波浪薯條 季節青菜 榨菜肉絲湯	米 肉絲豆瓣 花生麵筋泡 洋芋 青菜 榨菜豬肉絲	義大利麵 蜜汁雞肉 手工水餃 奶油椰子 季節青菜 豬血湯	油麵洋蔥 豬絞肉 雞肉丁蜜汁 水餃 麵包 青菜 豬血酸菜		
建議量	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份		熱量 755.2 卡 脂肪 22.8 克 蛋白質 27.3 克 醣類 110.2 克		熱量 737.8 卡 脂肪 23 克 蛋白質 26.2 克 醣類 106.5 克		熱量 736.6 卡 脂肪 23 克 蛋白質 25.2 克 醣類 107.2 克		熱量 750.4 卡 脂肪 24 克 蛋白質 25.1 克 醣類 108.5 克		熱量 767.8 卡 脂肪 24.6 克 蛋白質 26.3 克 醣類 110.3 克	

日期	5/21(一)	內容	5/22(二)	內容	5/23(三)	內容	5/24(四)	內容	5/25(五)	內容		
菜色	香Q米飯 麻婆豆腐 關東煮 地瓜薯條 季節青菜 紫菜蛋花湯	米 豆腐豆瓣 蔬菜紅蘿蔔 地瓜 青菜 紫菜蛋	香Q米飯 蜜汁雞腿 絞肉咖哩 紅豆麻糬燒 青菜+鮮奶茶凍 菇菇湯	米 雞腿 洋芋咖哩 豬絞肉 紅豆 青菜茶凍 香菇蔬菜	香Q米飯 醬燒肉片 麥克雞塊 筍絲肉羹 季節青菜 豬血湯	米 豬肉片蒜蔥 雞肉餡 筍絲魚漿 青菜 豬血酸菜	香Q米飯 辣子雞丁 魷魚酥 玉米火腿 季節青菜 菜頭湯	米 雞丁豆瓣 魷魚肉 玉米粒火腿 青菜 菜頭香茶	台式炒飯 黑胡椒肉排 壽喜燒 小泡芙 季節青菜 海帶湯	五穀米玉米豬絞肉 豬肉排 豆芽洋蔥 泡芙 青菜 海帶薑絲		
建議量	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份		熱量 718.8 卡 脂肪 22.4 克 蛋白質 25.6 克 醣類 103.7 克		熱量 740 卡 脂肪 24 克 蛋白質 25.6 克 醣類 105.4 克		熱量 750.6 卡 脂肪 23.8 克 蛋白質 24.9 克 醣類 109.2 克		熱量 732.2 卡 脂肪 24.6 克 蛋白質 26.3 克 醣類 101.4 克		熱量 735.5 卡 脂肪 23.9 克 蛋白質 25.1 克 醣類 105 克	

日期	5/28(一)	內容	5/29(二)	內容	5/30(三)	內容	5/31(四)	內容	 <p>電話：04-8831965 # 218.202</p> <p>地址：田尾鄉麟平村建平路2段88號</p>			
菜色	香Q米飯 三杯素烤鴨 義大利通心麵 沙茶豆干 季節青菜 雪花菇菇湯	米 素烤鴨九層塔 通心麵 沙茶豆干 葱 青菜 香菇蛋	香Q米飯 黑胡椒肉絲 香酥魚塊 胡瓜豆皮 青菜+花紋蛋糕 玉米濃湯	米 洋蔥豬肉絲 魚肉 胡瓜豆皮 青菜蛋糕 玉米粒蛋	香Q米飯 鳳梨咕啞肉 細嫩豆腐 燴三菇 季節青菜 榨菜肉絲湯	米 豬肉丁鳳梨 豆腐蔥蒜 香菇蔬菜 青菜 榨菜肉絲薑絲	香Q米飯 糖醋雞丁 金雕塊 白菜粉絲 季節青菜 味噌湯	米 雞丁茄汁 魚漿 白菜多粉 青菜 味噌海芽				
建議量	主食 4份 蔬菜類 3份 奶類 0份 蛋豆魚肉類 2份 水果 0份 油脂 2.5份		熱量 757.2 卡 脂肪 24 克 蛋白質 25.4 克 醣類 109.9 克		熱量 731 卡 脂肪 23 克 蛋白質 25 克 醣類 106 克		熱量 744.6 卡 脂肪 24.2 克 蛋白質 26.7 克 醣類 105 克				熱量 742.2 卡 脂肪 21 克 蛋白質 26.1 克 醣類 112.2 克	
熱量分析											飯菜不足或有任何問題請洽服務人!	

