

日期	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附品	全餐 (份)	正菜 (份)	湯品 (份)	水果 (份)	點心 (份)	水果 (份)	點心 (份)
5	一	芝麻飯	咖哩豬 祥園豬肉(主食材)+馬鈴薯-煮	柳葉魚X2 柳葉魚-炸	紅絲高麗 高麗菜(主食材)+紅蘿蔔-煮	味噌蛋花湯 豆腐+蛋+味噌-煮		6.3	2.6	1.9		3.0	819	
6	二	小米飯	醬燒雞肉 洽富雞肉(主食材)-燒	※黑胡椒豬排X1 豬排-烤	脆炒鮮瓜 鮮瓜(主食材)-煮	薑絲海芽湯 海芽+薑絲-煮		6.8	3.0	2.0		2.9	882	
7	三	有機飯	蒙古烤肉 祥園豬肉(主食材)-煮	玉米炒蛋 玉米(主食材)+蛋-煮	肉末鮮豆 豌豆(主食材)+豬肉+油片-煮	蘿蔔湯 白蘿蔔+芹菜-煮	水果	6.5	2.5	2.0	1.0	2.7	874	
8	四	雞肉絲飯	香滷雞腿X1 洽富雞腿(主食材)-油	府城蝦捲X2 蝦捲-烤	什錦白菜 大白菜(主食材)+胡蘿蔔+木耳-燉	榨菜肉絲湯 榨菜+豬肉-煮		7.0	3.0	1.8		2.8	886	

~~雙十國慶連假~~

12	一	糙米飯	奶香肉醬 祥園豬肉(主食材)-煮	※椒鹽豆干 豆干-煮	雙色花椰 青花菜、白花菜(主食材)-煮	田園鮮蔬湯 黃茹+金針菇+木耳-煮		7.0	2.5	2.1		2.8	856	
13	二	燕麥飯	蘿蔔燒雞 洽富雞肉(主食材)+蘿蔔-煮	蒲燒鯛魚X1 蒲燒鯛魚-烤	香炒脆筍 竹筍(主食材)+胡蘿蔔+木耳-煮	冬瓜山粉圓 山粉圓-煮		6.0	2.5	1.9		2.7	777	
14	三	有機飯	蔥爆豬柳 祥園豬肉(主食材)-煮	番茄豆腐蛋 番茄(主食材)+豆腐+蛋-煮	蒜香高麗 高麗菜(主食材)+蒜-煮	瓜仔雞湯 雞肉+瓜仔-煮	水果	6.0	2.6	2.1	1.0	2.7	849	
15	四	薏仁飯	栗子燒雞 洽富雞肉(主食材)+栗子-煮	※叉燒肉X3 豬肉-烤	鮮蔬玉米 玉米(主食材)+毛豆-煮	大滷湯 豆腐+豬肉-煮		6.5	3.0	1.7		2.8	849	
16	五	特製拌麵	酥炸雞翅X1 洽富雞翅(主食材)-炸	香菇肉燥 祥園豬肉(主食材)+香菇-煮	鮮蔬滷蛋X1 白煮蛋+海帶根+紅蘿蔔-燉	馬鈴薯排骨湯 馬鈴薯+排骨-煮		6.8	2.9	1.6		3.0	869	
19	一	紫米飯	春川炒雞 洽富雞肉(主食材)-煮	韓式豆腐煲 豆腐+豬肉+魚板-煮	安東燒寬粉 馬鈴薯(主食材)+寬粉+海帶+胡蘿蔔-煮	紫菜豆芽湯 海帶+豆芽-煮		6.8	3.0	2.1		2.8	880	
20	二	麥片飯	甜麵醬豬柳 祥園豬肉(主食材)+豆干-煮	香烤雞排X1 雞排-烤	什錦花椰 青花菜、白花菜(主食材)+紅蘿蔔-煮	筍片雞湯 竹筍+雞肉-煮		6.6	3.0	1.9		2.9	865	
21	三	有機飯	紅燒嫩雞 洽富雞肉(主食材)-煮	洋蔥炒蛋 洋蔥(主食材)+蛋-煮	白菜滷 大白菜(主食材)-煮	海味羹湯 蛋-煮	水果	6.1	2.5	2.1	1.0	2.7	849	
22	四	糙米飯	糖醋排骨 祥園豬肉(主食材)-煮	※椒鹽魚柳X3 虱目魚柳-炸	香滷大根 白蘿蔔(主食材)+花生-煮	花生麥片湯 花生+麥片-煮		6.8	2.7	1.8		3.0	859	
23	五	招牌油飯	※椒香豬排X1 祥園豬排(主食材)-油	花枝丸X2 花枝丸-烤	肉片高麗 高麗菜(主食材)+豬肉+時蔬-煮	香菇雞湯 香菇+雞肉-煮		6.0	3.0	1.8		2.9	821	
26	一	薏仁飯	洋蔥肉片 祥園豬肉(主食材)+洋蔥-煮	茄汁雞X2 雞肉-燒	玉米總匯 玉米(主食材)+毛豆+紅蘿蔔-煮	芹香蘿蔔湯 蘿蔔+芹菜-煮		6.5	3.0	1.7		2.9	853	
27	二	胚芽飯	咖哩雞 洽富雞肉(主食材)+馬鈴薯-煮	※鐵路豬排X1 豬排-烤	鮮菇高麗 高麗菜(主食材)+香菇-煮	金菇排骨湯 金針菇+時蔬+排骨-煮		6.3	3.0	1.9		2.9	844	
28	三	有機飯	三杯雞 洽富雞肉(主食材)-煮	鮮蔬蒸蛋 蛋(主食材)+地瓜-蒸	木須鮮筍 竹筍(主食材)-煮	味噌湯 豆腐+味噌-煮	水果	6.6	2.5	2.0	1.0	2.8	886	
29	四	燕麥飯	照燒豬肉 祥園豬肉(主食材)-煮	酥炸魚條X2 水產魚條-炸	彩蔬花椰 花椰菜(主食材)+彩椒-煮	紅豆湯圓 紅豆+湯圓-煮		7.0	2.5	2.0		3.0	863	
30	五	蒜香義大利麵	蜜汁烤雞排X1 洽富雞排(主食材)-烤	香烤薯瓣X3	奶香白菜 大白菜(主食材)-煮	冬瓜排骨湯 冬瓜+豬肉-煮		6.6	2.5	1.7		2.8	818	

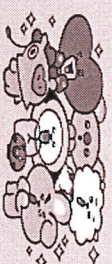
本公司全面使用「非基因改造」之豆製品及玉米
本菜單主要食材使用之生鮮食材皆符合三章一Q之規定
※表示菜色含有黑胡椒、胡椒

• 本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用

生菜種類(次/月)		主菜食材特性(次/月)		副菜食材分析(次/月)			
豆腐及豆制品	次	豬肉	生鮮食材	調理食品	加工食品		
次	次	次	次	次	魚、肉類	其他	油炸品
0	0	9	10	19	次	次	次



10/19 異國料理~韓式套餐



◆韓國吃什麼

- 韓國飲食注重風味和健康，以「五行說」紅、綠、黃、白、黑五種自然色來搭配
- 傳統菜色有飯、湯、配菜，每一道菜配菜用一個盤子裝，一次放在桌上，再把桌子搬到吃飯的地方
- 大量使用發酵食品，其中以泡菜最具代表性。泡菜原料為大白菜，富含維生素A、C、B1、鈣、鐵、磷以及乳酸菌，能夠調整腸道好菌，同時幫助腸蠕動

