

| 日期    | 星期            | 早餐(18人)  | 午餐(144人)  | 晚餐(18人)  |
|-------|---------------|--|---|--|
| 09/15 | 一<br>有機       | 豆漿(小杯)<br>肉鬆蛋餅<br>起司蛋吐司<br>火腿蛋餅<br>培根蛋餅*(數量未定)               | 1. 海結肉丁(CAS 豬肉塊 12 公斤 洋蔥片 2 公斤 水煮熟花生 2 公斤 海帶結 5 公斤)<br>2. 洋蔥麵腸炒肉片(洋蔥片 5 公斤 麵腸片 7 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤)<br>3. 有機小松菜 13 公斤<br>4. 青木瓜排骨湯(青木瓜塊 3 公斤 CAS 軟排丁 3 公斤)<br>5. 起司片 143 片(1 人不用餐)<br>◎主食：有機白米飯(有機白米 12 公斤#)                              | 1. 鮮椒香腸(香腸 1.5 公斤 黃椒片 0.6 公斤 紅椒片 0.6 公斤)<br>2. 炒小甜不辣條 1.5 公斤(CAS 豬肉片 1 公斤#)<br>3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤<br>4. 小白菜段 1 公斤 湯(QR 雞蛋 2 公斤#)<br>※蒜頭 1 公斤、蔥 1 公斤、老薑 1 公斤、QR 雞蛋 1 箱 用一星期※              |
| 09/16 | 二<br>有機       | 豆漿 230 元<br>蘑菇炒麵 2 份*<br>起司蛋餅 2 份<br>肉鬆蛋吐司 2 份<br>培根蛋吐司 3 份  | 1. 泡菜炒肉片(CAS 豬肉片 12 公斤 韓式泡菜片 5 公斤 洋蔥片 4 公斤)<br>2. 番茄炒蛋(牛番茄 10 公斤 冷凍蝦仁 3 公斤 QR 雞蛋 10 公斤#)<br>3. 有機空心菜 13 公斤<br>4. 魚丸海帶芽湯(濕海帶芽 0.5 公斤# 小虱目魚丸 3 公斤)<br>◎主食：地瓜飯(地瓜丁 3 公斤)   | 1. 馬鈴薯塊 1 公斤 燉肉(CAS 豬肉片 2 公斤# 胡蘿蔔片 0.6 公斤)<br>2. 麥克雞塊(冷凍炸雞塊 2 公斤)<br>3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤<br>4. 鮭魚羹湯(鮭魚羹塊 1 公斤 黑木耳絲 0.6 公斤 白蘿蔔丁 1 公斤)  |
| 09/17 | 三             | 豆漿 230 元<br>饅頭夾肉鬆 2 份<br>蘿蔔糕 2 份<br>飯糰 2 份*<br>肉包 3 份        | 1. 雙蔥燒雞丁(CAS 去骨雞腿丁 12 公斤 黃椒片 3 公斤 洋蔥片 5 公斤 蔥 1 公斤)<br>2. 四季豆炒什錦(杏鮑菇片 5 公斤 冷凍四季豆 5 公斤 黑木耳絲 2 公斤 CAS 豬肉絲 3 公斤)<br>3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤<br>4. 山藥肉片湯(山藥塊 3 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤) (1 人不用餐)<br>5. 三章一 Q 時令水果 143 份<br>◎主食：芝麻飯(熟黑芝麻粒 0.2 公斤#)        | 1. 沙茶肉片(胡蘿蔔塊 1 公斤 洋芋塊 1 公斤 CAS 豬肉片 2 公斤# 沙茶醬 0.5 公斤#)<br>2. 炒雪裡紅(雪裡紅切碎 1.5 公斤 CAS 豬肉絲 1 公斤)<br>3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤<br>4. 緣豆 1.5 公斤湯<br>5. 宵夜-起司條 4 個+日式大蒜 4 個+玉米蛋沙拉 5 個+起酥肉鬆 5 個+保久乳 18 罐 |
| 09/18 | 四<br>有機<br>特餐 | 豆漿 230 元<br>黑胡椒炒麵 2 份*<br>火腿蛋吐司 2 份<br>玉米蛋餅 2 份<br>蔥油餅加蛋 3 份 | 1. 海帶結肉羹(CAS 豬肉片 3 公斤 海帶結 6 公斤 赤肉羹塊 6 公斤)<br>2. 有機荷葉白菜 13 公斤<br>3. 地瓜芋圓(地瓜丁 6 公斤 芋圓 3 公斤) (1 人不用餐)<br>◎主食：蒜香鮮菇貝殼麵(貝殼麵 8.5 公斤 生香菇片 5 公斤 洋蔥片 5 公斤 杏鮑菇片 5 公斤 秀珍菇片 2 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤 蒜頭 0.3 公斤#)  | 1. 糖醋豬肉(洋蔥片 0.6 公斤 CAS 豬肉塊 2 公斤 紅椒片 0.6 公斤)<br>2. 芹香肉片(芹菜段 1 公斤 胡蘿蔔絲 0.6 公斤 CAS 豬肉片 1 公斤#)<br>3. 三章一 Q 時令青菜 1.5 公斤<br>4. 馄饨 0.5 公斤湯(小白菜段 0.6 公斤)   |
| 09/19 | 五             | 豆漿 230 元<br>菜包 2 份<br>饅頭夾火腿 2 份<br>煎餃 2 份*<br>蛋餅 3 份         | 1. 咖哩雞腿丁(CAS 去骨雞腿肉丁 12 公斤 洋芋塊 6 公斤 胡蘿蔔塊 3 公斤 洋蔥塊 3 公斤 咖哩塊 1 公斤#)<br>2. 蘿蔔油豆腐(非基改三角油豆腐 9 公斤 白蘿蔔塊 3 公斤 CAS 豬肉片 3 公斤)<br>3. 三章一 Q 時令青菜 13 公斤<br>4. 羅宋湯(高麗菜片 2 公斤 牛番茄 2 公斤 洋蔥丁 2 公斤 洋芋塊 2 公斤)<br>5. 三章一 Q 時令水果 144 份<br>◎主食：五穀飯(五穀米 0.6 公斤) | 1. 炒飯#(香菇絲 1 公斤# 蔥花 0.6 公斤# 胡蘿蔔絲 1 公斤# CAS 豬肉絲 2 公斤#)<br><br>* 本校一律使用國產<br>豬、雞肉食材  |
| 09/20 | 六             | [視留校人數訂餐]  | [視留校人數訂便當]  | [視留校人數訂便當]   |
| 09/21 | 日             | [視留校人數訂餐]  | [視留校人數訂便當]  | [視留校人數訂便當]   |

註：所需經費由住校生生活費及搭伙師生費用支付、每日時令青菜會選擇含鈣青菜、#廚房有現貨

