

109年5月18日 至 109年5月22日 特教

餐別	日期	星期	主食	湯 點						全穀根莖	油脂	蔬菜	豆魚肉蛋	總熱量
早餐	5月18日	一	肉鬆麵包	奶香玉米濃湯						1.5	2.6	1.2	1.9	270
	5月19日	二	蜂蜜鬆餅二個	豆漿						1.4	2.9	1.6	1.5	355
	5月20日	三	大肉包子	豆漿						1.2	1.5	1.8	1.4	276
	5月21日	四	大南瓜螺絲捲饅頭	豆漿						1.5	1.2	1.6	1.9	327
	5月22日	五	火腿起司土司	豆漿						1.4	2.7	1.5	1.7	290
餐別	日期	星期	滷汁	主食	主菜	副菜	副菜	青菜	湯 點	全穀根莖	油脂	蔬菜	豆魚肉蛋	總熱量
午餐	5月18日	一		白米飯	京醬肉絲(濕)	翡翠蒸蛋	青菜	綠青菜	魚丁味噌海芽湯	6.2	3.1	2	2.4	829
	5月19日	二		玉米火腿炒飯	椒鹽雞塊二個	沙茶洋蔥甜不辣(濕)	青菜	綠青菜	奶香玉米濃湯	6.3	3.3	1.8	2.4	856
	5月20日	三		白米飯	滷雞翅一個	滷白玉小阿給(濕)	青菜	綠青菜	當歸麵線湯	6.3	3.7	2.4	3	883
	5月21日	四		白米飯	咖哩肉丁(濕)	肉臊四角油豆腐一個	青菜	綠青菜	紅豆粉粿	6.7	3.5	2.3	2.3	833
	5月22日	五		白米飯	炸柳葉魚一個	砂鍋滷味(甜、魚、白、血)(濕)	青菜	綠青菜	冬瓜貢丸片湯	6.3	3.3	2.2	2.7	839
餐別	日期	星期	滷汁	主食	主菜	副菜	副菜	綠青菜	湯 點	全穀根莖	油脂	蔬菜	豆魚肉蛋	總熱量
晚餐	5月18日	一		白米飯	照燒雞腿排	香滷百頁(濕)	青菜	綠青菜	大黃瓜貢丸片湯	6.3	3.1	2.1	3	832
	5月19日	二		白米飯	冬瓜燒肉丁(濕)	花枝丸一個	青菜	綠青菜	紫菜蛋花湯	6	3.3	1.7	2.3	870
	5月20日	三		白米飯	香菇肉絲南瓜(濕)	椒鹽酥烤蔥油餅一切四	青菜	綠青菜	關東煮湯	6	3.3	2.2	3	849
	5月21日	四		白米飯	蜜汁烤雞腿	洋蔥豬耳朵	香菇蒲瓜燴豆角(濕)	綠青菜	酸辣湯	6.9	3.6	1.9	2.3	853
	5月22日	五	未用餐											

	早餐	午	晚餐
星期一	11	230	31
星期二	29	234	30
星期三	28	225	32
星期四	31	233	33
星期五	32	224	0