

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜 | 美味副菜 | 蔬菜 | 湯品 | 附餐 | 全蛋 | 豆魚蛋 | 蔬菜類 | 油脂類 | 熱量 | |
|-------|----|----------------|--------------------------------|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|----|----|-----|-----|-----|----|---|
| 12/1 | 一 | 小米飯 | 糖醋炸魚柳x3 炸:淋醬:魚柳Q,洋蔥Q,彩椒Q | 蜜糖四分干 滷:四分干,地瓜T | 肉燥淋高麗 炒:高麗菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,絞肉S | 履歷 蔬菜 玉米Q,紅蘿蔔Q,洋蔥Q,蛋Q | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/2 | 二 | 白飯 | 照燒里肌排 燒:豬排S,芝麻 | 螞蟻上樹 炒:冬粉,絞肉S,木耳Q,芹Q | 生炒魚羹 炒:筍片,紅蘿蔔Q,菇Q,魚羹Q | 有機 蔬菜 豆腐,海帶芽,韓式泡菜,肉絲S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/3 | 三 | 櫻花蝦炒飯 | 滷雞排 滷:雞排S | 鍋貼+鹹酥菇 炸:鍋貼Sx1,菇Q | 蒜香季豆 炒:敏豆Q,紅蘿蔔Q | 季節 蔬菜 米粉,肉絲S,芋頭Q,芹Q,乾香菇 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/4 | 四 | 燕麥飯 | 焗烤咖哩燉肉 煮,烤:肉丁S,馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q,起司 | 蔴豉炒豆干 炒:豆干片,紅蘿蔔Q,青蔥,豆豉 | 肉絲海根 燒:海帶根,紅蘿蔔Q,肉絲S | 有機 蔬菜 大黃瓜Q,雞肉T | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/5 | 五 | 白飯 | 米血三杯雞 炒:雞肉T,米血S,九層塔 | 番茄炒蛋 炒:蛋Q,番茄Q | 蝦香大頭菜 炒:大頭菜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q,蝦米 | 有機 蔬菜 乾金針,金針菇Q,肉絲S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/8 | 一 | 地方特考,本日不供餐 | | | | | | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 |
| 12/9 | 二 | 糙米飯 | BBQ雞腿 燒:雞腿S | 芙蓉蒸蛋 蒸:蛋Q,香菇Q,玉米Q,毛豆Q | 辣炒蘿蔔糕 炒:蘿蔔糕,豆芽菜Q,紅蘿蔔Q,蝦米 | 有機 蔬菜 筍絲,木耳Q,紅蘿蔔Q,肉羹S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/10 | 三 | 鮮菇鐵板麵 | 元氣豬排 燒:豬排S | 炸雞米花x3 炸:雞肉T | 塔香豆皮 滷:豆皮結,海帶結,九層塔 | 履歷 蔬菜 榨菜絲,肉絲S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/11 | 四 | 白飯 | 蒲燒鯛 蒸:蒲燒鯛Q,高麗菜Q | 番茄燴豆腐 燒:豆腐,絞肉S,番茄Q | 奶油年糕白菜 煮:白菜Q,菇Q,紅蘿蔔Q,年糕,奶粉 | 有機 蔬菜 海帶芽,蛋Q | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/12 | 五 | 地瓜飯 | 橙汁排骨 燒:肉丁S,排骨S,洋蔥Q | 薯丁肉丸 炒:豆薯Q,絞肉S,紅蘿蔔Q,獅子頭Sx1 | 脆炒佛手瓜 炒:佛手瓜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q | 有機 蔬菜 玉米Q,洋蔥Q,味噌 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/15 | 一 | 紅藜飯 | 黑胡椒雞翅 燒:雞翅S | 古早味豆干 燒:豆干丁,絞肉S,碎瓜 | 魚輪蒲瓜 燒:扁蒲Q,紅蘿蔔Q,香菇Q,黑輪Q | 履歷 蔬菜 冬粉,肉絲S,紅蘿蔔Q,乾香菇 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/16 | 二 | 白飯 | 蘑菇醬豬排 燒:豬排S,菇Q | 芹香黑白絲 炒:白干絲,海帶絲,紅蘿蔔Q,芹Q | 大瓜燒雞 炒:大黃瓜Q,木耳Q,雞肉T | 有機 蔬菜 番茄Q,蛋Q | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/17 | 三 | 香菇油飯 | 炸鹹酥雞 炸:雞肉T,九層塔 | 和風章魚燒x2 燒:魷魚丸Q | 豆瓣筍茸 燒:筍茸,梅干菜 | 季節 蔬菜 肉片S,白菜Q,香菇Q | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/18 | 四 | 紫米飯 | 泡菜燒肉 炒:肉片S,洋蔥Q,韓式泡菜 | 洋蔥炒蛋 炒:蛋Q,洋蔥Q,紅蘿蔔Q | 脆皮小酥肉 炸:肉柳S,敏豆Q | 有機 蔬菜 洋芋Q,菇Q,洋蔥Q,芹Q,奶粉 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/19 | 五 | 白飯 | 焗烤香料魚 煮,烤:魚丁Q,南瓜Q,紅蘿蔔Q,起司 | 烏蛋滷味 燒:油豆腐,絞肉S,麵條,烏蛋Q | 清炒時蔬 炒:高麗菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q | 有機 蔬菜 湯圓,肉絲S,芹Q,乾香菇 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/22 | 一 | 白飯 | 檸檬雞翅 烤:雞翅S | 糖醋凍豆腐 燒:凍豆腐,番茄Q,毛豆Q | 醬燒什錦 燒:海帶,金針菇Q,肉絲S,甜不辣Q,芝麻 | 履歷 蔬菜 朴菜,筍片,肉片S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/23 | 二 | 玉米飯 | 墨西哥燉肉 煮:肉丁S,洋芋Q,菇Q | 羅勒玉米蛋 炒:蛋Q,玉米Q,洋蔥Q | 魚丸燒白菜 燒:白菜Q,紅蘿蔔Q,木耳Q,魚丸Q | 有機 蔬菜 油豆腐,白蘿蔔Q,玉米Q,柴魚 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/24 | 三 | 奶油培根螺旋麵 | 卡滋雞腿 炸:雞腿S | 香甜芋泥包 蒸:芋泥包S | 彩蔬花椰菜 炒:花椰菜Q,彩椒Q | 季節 蔬菜 高麗菜Q,番茄Q,芹Q,肉片S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/25 | 四 | 行憲紀念日休假日,本日不供餐 | | | | | | | | | | | |
| 12/26 | 五 | 五穀飯 | 四川麻婆魚 煮:魚丁Q,豆腐,菇Q | 沙嗲炒肉 炒:小瓜Q,肉片S,紅蘿蔔Q,花生 | 腐皮黃豆芽 炒:黃豆芽Q,木耳Q,豆皮 | 有機 蔬菜 冬瓜Q,蔥仁,肉片S | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/29 | 一 | 麥片飯 | 壽喜燒豬肉 煮:肉片S,洋蔥Q,柴魚 | 腰果黑豆干 滷:黑豆干,腰果片 | 西芹黑輪 炒:黑輪丁Q,西芹Q | 履歷 蔬菜 紅麵線,筍絲,木耳Q,肉絲S,紅蘿蔔Q | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/30 | 二 | 白飯 | 三杯小雞腿x3 燒:翅小雞S,九層塔 | 韓式炒寬粉 炒:寬冬粉,海帶芽,洋蔥Q,紅蘿蔔Q,芝麻 | 鮮肉黃瓜 燒:黃瓜Q,木耳Q,肉片S | 有機 蔬菜 豆腐,味噌,柴魚 | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |
| 12/31 | 三 | 主廚炒飯 | 鐵路滷豬排 滷:豬排S | 芝麻球+薯條 炸:QQx1,地瓜Q | 香菇高麗 炒:高麗菜Q,紅蘿蔔Q,香菇Q | 季節 蔬菜 豆薯Q,紅蘿蔔Q,雞肉T | | 6 | 2 | 2 | 2 | 8 | |

★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

◎本菜單內含「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。

☆ 回饋豆奶:12/15(一)

營養師:沈凱瑄、曾芳瑩、梁蘊萱、張韻瑩