

星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
					白米飯 豉油雞 花菜炒培根 蒜炒A菜 丁香味噌湯●	
	清明節放假	清明節放假	細白油麵 茄汁海鮮- 一義大地瓜 甘梅毛豆莢 五香菇雞 蓮霧	紫米飯 素麻什錦 滷什加耳燉 番銀柑	白米飯 糖醋魚丁 炒三絲小龍 薑瓜保乳	
3						2
	麥片飯 油輪帶燉肉 五彩蒸蛋 鮑菇青江 冬菜鴨湯	糙米飯 照燒雞 蒸冬菇 薑蔥小蕃 酸絲辣茄	糯米飯 香菇鬆*1 涼拌小黃瓜 四神燉雞湯 芭樂	白米飯 炸魚排*1 洋蔥炒白菜 有機東煮 關蓮霧	芝麻飯 宮保雞丁 家常豆腐煲 蒜香油菜花 海芽	
10						9
	糙米飯 泰式肉片 咖哩三色 地瓜葉 高麗菜味噌湯	燕麥飯 梅子雞粥 素膳小白菜 炒小龍骨湯 西瓜	鮭魚肉絲炒飯 炒飯料 (鮭魚丁、肉絲、雞蛋、洋葱、紅K、蔥、高苜)	白米飯 素三豆炒高麗菜 炒山藥 小蕃茄	燕麥飯 柳葉魚*3 黃瓜什錦 薑蔥青江菜 海帶結龍骨湯	
17						16
	糙米飯 黑胡椒豬柳 海帶干絲 炒小白菜 綠豆地瓜湯	薏仁飯 鹹水雞 醬汁玉米 蒜香大輪 羅蔔樂	刈包 鐵路豬排 馬拉糕 麵線羹 西瓜	麥片飯 辣子雞丁 筍乾炒莧菜 蒜肉骨茶湯 鳳梨	胚米飯 南瓜粉蒸肉丁 海芽花片黃豆芽 韓式蔥味噌湯	
24						30

午餐教育注意事項：1. 均衡飲食(不挑食)、珍惜食物(不浪費)、適量飲食(不暴食)、慢活蔬食(不速食) 2. 水果分量固定，同學若不當日食用，請帶回家或請導師協助分配給需要的同學。  
3. 未食用的食物勿污染、勿混合，請原桶送回廚房。

◎☒☑☒☑☒ 備註：◎表此道菜食材之豆類製品採用非基因改造 (Non-GMO) 黃豆所製成 ☒表此道菜為油炸方式含油量較高，請減少晚餐烹調用油量及勿再選用油炸菜色 ☑表蔬食日。  
☑表含海鮮成分 ☒表含蝦類成分。