

日期	星期	主食	主菜	副菜			湯品	附品	水果類 (每碗)	蛋類 (每碗)	蔬菜類 (每碗)	豆類 (每碗)	其他 (每碗)	點心類 (每碗)	其他 (每碗)
5	一	芝麻飯	咖哩豬 祥園豬肉(主食材)+馬鈴薯+時蔬-煮	茄汁甜條 甜不辣+時蔬-煮	紅絲高麗 高麗菜(主食材)+紅蘿蔔-煮	蔬菜	味噌蛋花湯 豆腐+蛋+味噌-煮		7.0	2.5	2.0			2.8	854
6	二	小米飯	醬燒雞肉 洽富雞肉(主食材)+時蔬-燒	豬肉餡餅x2 豬肉餡餅-烤	脆炒鮮瓜 鮮瓜(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	薑絲海芽湯 海芽+薑絲-煮		6.8	2.5	2.0			2.9	844
7	三	雞肉絲飯	香滷雞腿x1 洽富雞腿(主食材)-滷	府城蝦捲x1 蝦捲-烤	肉末鮮豆 豆(主食材)+豬肉+油片+時蔬-煮	蔬菜	蘿蔔湯 白蘿蔔+芹菜-煮	水果	6.5	3.0	2.0		1.0	2.7	912
8	四	麥片飯	日式炸豬排x1 豬排-炸	玉米炒蛋 玉米(主食材)+蛋-煮	香滷白菜 大白菜(主食材)+時蔬-油	蔬菜	黑糖珍珠 粉圓-煮		7.0	2.9	1.8			3.0	888
9	五	~~雙十國慶連假~~													
12	一	糙米飯	奶香肉醬 祥園豬肉(主食材)+時蔬-煮	銀絲卷x1 銀絲卷-蒸	雙色花椰 花椰菜(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	田園鮮蔬湯 蕃茄+時蔬-煮		7.0	2.5	2.1			2.8	856
13	二	燕麥飯	叉燒肉x3 豬肉-烤	蘿蔔燒雞 洽富雞肉(主食材)+蘿蔔+時蔬-煮	黑椒豆芽 豆芽(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	冬瓜山粉圓 山粉圓-煮		6.0	3.0	1.9			2.7	814
14	三	古早味肉燥麵	香烤雞翅x1 洽富雞翅(主食材)-烤	滷蛋x1 白煮蛋-滷	蒜香高麗 高麗菜(主食材)+時蔬+蒜-煮	蔬菜	瓜仔雞湯 雞肉+瓜仔-煮	水果	6.0	2.5	1.9		1.0	2.7	837
15	四	薏仁飯	蒲燒鯛魚x1 蒲燒鯛魚-烤	哈姆玉米 玉米(主食材)+火腿+時蔬-煮	蒸蛋 蛋(主食材)+時蔬-蒸	蔬菜	大滷湯 豆腐+豬肉+時蔬-煮	養樂多	6.5	3.0	1.7	1.0		2.8	929
16	五	五穀飯	日式壽喜燒 祥園豬肉(主食材)+時蔬-煮	海山醬關東煮 貢丸+魚柳捲+竹輪-煮	豆瓣鮮筍 竹筍(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	馬鈴薯排骨湯 馬鈴薯+排骨-煮	水果	6.8	2.5	1.6		1.0	2.7	885
19	一	紫米飯	春川炒雞 洽富雞肉(主食材)+時蔬-煮	韓式豆腐煲 豆腐+豬肉+魚鬆+時蔬-煮	安東燒寬粉 馬鈴薯(主食材)+寬粉+時蔬-煮	蔬菜	紫菜豆芽湯 海芽+豆芽-煮		6.8	3.0	2.1			2.8	880
20	二	麥片飯	香烤雞排x1 雞排-烤	甜麵醬豬柳 祥園豬肉(主食材)+豆干-煮	什錦花椰 花椰菜(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	仙草芋圓飲 芋圓+仙草-煮		6.8	2.8	1.9			2.9	864
21	三	招牌油飯	椒香豬排x1 祥園豬排(主食材)-滷	花枝丸x2 花枝丸-烤	白菜滷 大白菜(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	海味羹湯 魚+時蔬-煮	水果	6.1	3.0	1.8		1.0	2.7	879
22	四	糙米飯	椒鹽魚丁x3 魚丁-炸	日式蒸蛋 蛋(主食材)+時蔬-蒸	香滷大根 白蘿蔔(主食材)+花生+時蔬-煮	蔬菜	四神湯 馬鈴薯+薏仁+雞肉-煮		6.8	3.0	1.9			3.0	884
23	五	雜糧飯	烤肉醬雞 洽富雞肉(主食材)+時蔬-煮	排骨酥x2 豬肉-炸	肉片高麗 高麗菜(主食材)+豬肉+時蔬-煮	蔬菜	香菇雞湯 香菇+雞肉-煮	水果	6.0	3.0	1.8		1.0	3.0	885
26	一	薏仁飯	洋蔥肉片 祥園豬肉(主食材)+洋葱-煮	鹹酥雞x2 雞肉-炸	玉米總匯 玉米(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	芹香蘿蔔湯 蘿蔔+芹菜-煮		6.5	3.0	1.7			3.0	858
27	二	胚芽飯	咖哩雞 洽富雞肉(主食材)+馬鈴薯-煮	紅絲炒蛋 蛋(主食材)+紅蘿蔔-煮	鮮菇高麗 高麗菜(主食材)+鮮菇+時蔬-煮	蔬菜	金菇排骨湯 金針菇+時蔬+排骨-煮	養樂多	6.3	2.5	1.9	1.0		2.9	887
28	三	蒜香義大利麵	炸雞排x1 洽富雞排(主食材)-炸	香烤薯餅x2 薯餅-烤	木須鮮筍 竹筍(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	味噌湯 豆腐+味噌-煮	水果	6.6	2.5	2.0		1.0	3.0	895
29	四	燕麥飯	照燒豬肉 祥園豬肉(主食材)+時蔬-煮	雞腿肉捲x1 雞腿肉捲-烤	彩蔬花椰 花椰菜(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	紅豆湯圓 紅豆+湯圓-煮		7.0	3.0	2.0			2.8	891
30	五	五穀飯	打拋豬 祥園豬肉(主食材)+時蔬-煮	蔥爆鎖管 鎖管+豆子+蔥-炒	奶香白菜 大白菜(主食材)+時蔬-煮	蔬菜	冬瓜排骨湯 冬瓜+豬肉-煮	水果	6.0	3.0	2.0		1.0	3.0	890
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 ※本菜單含有甲殼類、芒果、花生、牛(羊)奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類及以上各項其製品，不適合對其過敏體質者食用※															

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

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



10/19 異國料理 ~韓式套餐



◆韓國吃什麼

1. 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
2. 傳統菜色有飯、湯、配菜，每一道配菜用一個盤子裝，一次放在桌上，再把桌子搬到吃飯的地方
3. 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