

日期	星期	主食	副食			湯	鮮奶	全穀雜糧類(份)	豆魚蛋肉類(份)	蔬菜類(份)	乳品類(份)	油質與堅果種子類(份)	水果類(份)	熱量kcal	
10月1日	五	燕麥飯	宮保雞丁	咖哩什錦	季節時蔬	南瓜龍骨湯		5.3	3.0	1.5		3.0		768.5	
10月4日	一	薏仁飯	紅松嫩雞	螞蟻上樹	季節時蔬	味噌豆腐湯		5.0	2.5	2.1		3.0		725.0	
10月5日	二	東港招牌飯湯套餐 ~ 香滷雞塊 + 蒸小籠包1粒 + 季節時蔬					飯湯湯料		5.1	2.5	1.8		3.0		724.5
10月6日	三	白米飯	蔥香蒸蛋	海帶三絲	有機蔬菜	蘿蔔蛋花湯	鮮奶	5.0	2.7	1.5	0.8	3.0		821.0	
10月7日	四	糙米飯	蜜汁雞丁	下飯肉燥	季節時蔬	羅宋湯		5.0	3.6	1.6		3.0		795.0	
10月8日	五	五穀飯	塔香豬排	紅燒什錦羹	季節時蔬	冬菜鴨湯		5.0	2.5	2.3		3.0		730.0	
10月11日	一	~ 國慶日連假 ~												0.0	
10月12日	二	大滷麵套餐 ~ BBQ肉排 + 麥克雞塊2塊 + 季節時蔬					大滷麵湯料	水果	5.0	2.8	2.0		2.5	1.0	782.5
10月13日	三	白米飯	菇香蒸蛋	麻婆豆腐	有機蔬菜	蘿蔔玉米湯	鮮奶	5.2	2.5	1.5	0.8	3.0		820.0	
10月14日	四	糙米飯	咖哩豬肉煲	塔香海茸炒肉絲	季節時蔬	綠豆湯		5.0	2.8	1.5		3.0		732.5	
10月15日	五	燕麥飯	香酥雞翅	炒三鮮	季節時蔬	金針菇肉絲湯		5.0	2.5	1.9		3.0		720.0	
10月18日	一	小米飯	茄汁豬排	菜豆炒肉絲	季節時蔬	枸杞雞湯		5.2	2.8	1.6		3.0		749.0	
10月19日	二	鍋燒雞絲麵套餐 ~ 香酥雞塊 + 蒸水餃3粒 + 季節時蔬					雞絲麵湯料		3.3	2.9	1.9		3.0		631.0
10月20日	三	白米飯	玉米炒蛋	香酥豆腐	有機蔬菜	冬瓜湯	鮮奶	5.3	2.5	1.5	0.8	3.0		827.0	
10月21日	四	糙米飯	三杯雞	全家福	季節時蔬	粉絲蛋花湯		5.3	3.1	2.0		3.0		788.5	
10月22日	五	五穀飯	腐乳燒肉	阿貴滷味	季節時蔬	酸辣湯		5.2	3.0	2.3		3.0		781.5	
10月25日	一	薏仁飯	豆乳雞	白菜滷	季節時蔬	關東煮湯		5.0	2.5	2.1		3.0		725.0	
10月26日	二	赤肉羹飯套餐 ~ 香滷雞翅 + 蒸鍋貼2粒 + 季節時蔬					赤肉羹飯料		5.3	3.0	2.0		3.0		781.0
10月27日	三	白米飯	紅蘿蔔炒蛋	什錦火鍋菜	有機蔬菜	海芽蛋花湯	鮮奶	5.0	2.1	1.6	0.8	2.5		756.0	
10月28日	四	糙米飯	香滷豬排	洋蔥炒肉片	季節時蔬	紅豆湯		5.5	2.7	1.6		2.5		740.0	
10月29日	五	燕麥飯	筍干燒肉	宮保高麗菜	季節時蔬	黃瓜龍骨湯		5.0	2.7	2.6		3.0		752.5	

※本校午餐一律使用國產豬肉食材