

日期	菜餚名稱	總食材(Q欄同一道食材加總)
6月3日	紅藜飯	白米+紅藜麥
星期一	鮮菇魚羹	魚丁+大白菜角+香菇片+香菜末
	海芽蒸蛋	CAS殺菌液蛋+海帶芽
	有機時蔬	有機時蔬
	玉米筍片湯	玉米片1.5cm+鮮筍片+龍骨丁
	水果	水果1份
6月4日	有機白米飯	有機白米
星期二	針菇肉柳	豬肉柳+金針菇B對切+洋蔥絲+紅蘿蔔絲
	三杯杏鮑菇	杏鮑菇+米血糕丁+紅蘿蔔中丁+洋蔥角+薑片+蒜仁+九層塔去梗
	有機時蔬	有機時蔬
	黑糖珍珠醇奶	粉圓+黑糖+奶粉
	水果/鮮奶	水果1份
6月5日	糙米飯	白米+糙米
星期三	沙嗲雞	帶皮胸丁+清肉丁+洋蔥角+青椒角+蔥段+花生粉+椰漿粉+香茅
	蜜汁豆干	非基改四分干+地瓜大丁
	時蔬	時蔬
	柴魚黃芽湯	黃豆芽+鮑魚菇片+柴魚片
	水果	水果1份
6月6日	芝麻飯	白米+黑芝麻
星期四	巴基斯坦肉醬	豬絞肉+馬鈴薯小丁+紅蘿蔔小丁+洋蔥角+番茄角+椰漿+咖哩粉
	肉片冬瓜	冬瓜片+豬肉片+紅蘿蔔片+木耳片
	有機時蔬	有機時蔬
	肉骨茶湯	大白菜角+枸杞+龍骨丁+肉骨茶包
	水果	水果1份
6月7日	古早味油飯	白米+長糯米+細肉絲+水煮花生+紅蔥頭片+乾香菇絲0.+薑末+蝦米
星期五	蔥燒雞翅*1	雞翅+蔥段
	培根高麗	高麗菜角+碎培根+紅蘿蔔片
	時蔬	時蔬
	青菜豆腐湯	非基改板豆腐絲+小白菜段
	水果/鮮奶	水果1份
星期一	端午節	端午節
6月11日	有機白米飯	有機白米
星期二	香酥魚丁*3	魚丁+地瓜大丁
	高麗菜炒蛋	CAS殺菌液蛋+高麗菜小丁+木耳絲+紅蘿蔔絲
	有機時蔬	有機時蔬
	鮮筍湯	生鮮筍片+龍骨丁
	水果/鮮奶	水果1份
6月12日	薏仁飯	白米+洋薏仁
星期三	蜜汁豬排*1	豬排
	味噌天婦羅	白蘿蔔中丁+黑輪條+玉米片1.5cm+紅蘿蔔中丁
	時蔬	時蔬
	紅豆芋圓湯	紅豆+芋圓
	水果/豆漿	水果1份
6月13日	義大利麵	螺旋麵
星期四	波隆那肉醬	豬絞肉+冷凍玉米粒+冷凍三色豆+洋蔥小丁+蕃茄小丁+西芹
	焗烤洋芋	馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+洋蔥角+起司絲
	有機時蔬	有機時蔬
	白菜鮮菇湯	大白菜角+鮑魚菇片+枸杞
	水果/紅豆包	水果1份
6月14日	胚芽飯	白米+胚芽
星期五	親子丼	帶皮胸丁+清肉丁+洋蔥角+紅蘿蔔片+CAS洗選蛋+蔥花
	彩繪黃瓜	大黃瓜片+紅蘿蔔片+豬肉片+木耳片
	有機時蔬	有機時蔬
	玉米濃湯	冷凍玉米粒+CAS洗選蛋+洋蔥小丁+紅蘿蔔末
	水果	水果1份
6月17日	白米飯	白米
星期一	海結燉肉	豬肉角+海帶結+紅蘿蔔中丁
	火腿玉米	冷凍玉米粒+火腿丁+香菇小丁+紅蘿蔔小丁+洋蔥小丁

	有機時蔬	有機時蔬
	味噌湯	高麗菜粗絲+洋蔥絲+香菇片+非基改味噌
	水果	水果1份
6月18日	肉絲蛋炒飯	白米+冷凍三色豆+洋蔥小丁+豬肉絲+CAS洗選蛋
星期二	香滷翅小腿*2	翅小腿
	木耳扁蒲	扁蒲片+紅蘿蔔片+木耳片+蝦皮+鮑魚菇
	有機時蔬	有機時蔬
	番茄蔬菜湯	番茄角+洋蔥角+龍骨丁
	水果/鮮奶	水果1份
6月19日	雜糧飯	白米+五穀米
星期三	孜然肉片	豬肉片+洋蔥角+杏鮑菇片+青椒角+孜然粉
	鮮蔬麵疙瘩	大白菜角+麵疙瘩+紅蘿蔔片+乾香菇絲0.
	時蔬	時蔬
	珍菇海芽湯	金針菇B對切+海帶芽
	水果	水果1份
6月20日	燕麥飯	白米+燕麥
星期四	豆瓣魚	魚丁+非基改板豆腐小丁+彩椒角+蔥花
	毛豆蒸蛋	CAS殺菌液蛋+冷凍毛豆仁
	有機時蔬	有機時蔬
	地瓜QQ圓	地瓜小丁+QQ圓
	水果	水果1份
6月21日	紫米飯	白米+紫米
星期五	椰香咖哩雞	帶皮胸丁+清肉丁+馬鈴薯中丁+洋蔥角+椰漿+椰奶粉
	塔香海茸	海茸切+金針菇B對切+豬肉絲+紅蘿蔔絲+薑絲+九層塔去梗
	時蔬	時蔬
	油腐蘿蔔湯	白蘿蔔小丁+非基改油豆腐小丁+龍骨丁
	水果/鮮奶	水果1份
6月24日	麥片飯	白米+麥片+
星期一	冬瓜燜肉	豬肉角+冬瓜大丁+蔥段+鹹冬瓜
	肉燥花椰	冷凍青花菜+冷凍白花菜+豬絞肉+紅蘿蔔片
	有機時蔬	有機時蔬
	薑絲黃瓜湯	大黃瓜片+薑絲+龍骨丁
	水果	水果1份
6月25日	有機白米飯	有機白米
星期二	鹽酥雞*3	帶皮胸丁+地瓜大丁+九層塔
	芋香白菜	大白菜角+芋頭粗絲+紅蘿蔔片+木耳片
	有機時蔬	有機時蔬
	椰香西米露	西谷米+芋頭小丁+綠豆+椰漿+奶粉
	水果/鮮奶	水果1份
6月26日	蕎麥飯	白米+蕎麥
星期三	塔香豬柳	豬肉柳+洋蔥絲+彩椒絲+九層塔去梗
	泰式寬粉	寬冬粉+綠豆芽+小黃瓜粗絲+紅蘿蔔絲+泰式甜雞醬+檸檬汁+魚露+檸檬葉+香茅+南薑片
	時蔬	時蔬
	酸辣湯	非基改板豆腐絲+紅蘿蔔絲+木耳絲+金針菇B對切
	水果	水果1份
6月27日	客家炒炊粉	細米粉切+高麗菜絲+細肉絲+紅蘿蔔絲+蝦米0.+乾香菇絲+紅蔥頭片
星期四	冰糖滷腿排*1	腿排+冰糖
	蒸餃*2	CAS冷凍豬肉水餃+高麗菜絲
	有機時蔬	有機時蔬
	玉米蛋花湯	冷凍玉米粒+CAS洗選蛋
	水果	水果1份
6月28日	小米飯	白米+小米
星期五	三杯油腐	非基改油豆腐小丁+米血糕丁+杏鮑菇D大角+紅蘿蔔中丁+九層塔去梗+薑片+蒜仁
	滑蛋鮮筍羹	CAS殺菌液蛋+筍絲+香菇絲+紅蘿蔔絲+香菜末+蝦皮
	有機時蔬	有機時蔬
	四神湯	馬鈴薯小丁+洋薏仁+龍骨丁+茯苓+芡實+枸杞
	水果	水果1份