

日期	菜餚名稱	總食材(Q欄同一道食材加總)
4月1日	白米飯	白米
星期一	蔥爆肉片	豬肉片+洋蔥角+紅蘿蔔片+蔥段2.
	毛豆蒸蛋	CAS殺菌液蛋+冷凍毛豆仁
	有機時蔬	有機時蔬
	鮮筍湯	生鮮筍片+龍骨丁
	水果	水果1份
4月2日	番茄肉醬義大利麵	義大利麵+冷凍三色豆+蕃茄小丁+洋蔥小丁+豬絞肉
星期二	義式翅小腿*2	翅小腿2隻
	焗烤奶香洋芋	馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+洋蔥角+起司絲
	有機時蔬	有機時蔬
	黑糖珍珠醇奶	粉圓+黑糖+奶粉
	水果/芋泥包	水果1份
4月3日	糙米飯	白米+糙米
星期三	豆瓣肉柳	豬肉柳+洋蔥絲+金針菇對切+彩椒絲
	黃瓜丸片	大黃瓜片+魚丸片+紅蘿蔔片+木耳片
	時蔬	時蔬
	酸辣湯	非基改板豆腐絲+紅蘿蔔絲+豬絞肉+木耳絲
	水果	水果1份
4月8日	紅藜飯	白米+紅藜麥
星期一	打拋干丁	非基改豆干小丁+洋蔥小丁+番茄角+九層塔去梗+檸檬汁+香茅+南薑片+檸檬葉+魚露
	有機木耳炒蛋	CAS殺菌液蛋+洋蔥粗絲+木耳絲+紅蘿蔔絲+蔥花
	有機時蔬	有機時蔬
	田園蔬菜湯	高麗菜角+紅蘿蔔絲+鮑魚菇片+龍骨丁
	水果	水果1份
4月9日	有機白米飯	有機白米
星期二	咖哩豬	豬肉角+馬鈴薯中丁+紅蘿蔔中丁+洋蔥角
	三杯杏鮑菇	杏鮑菇+非基改四分干+米血丁+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
	日式味噌湯	金針菇B對切+洋蔥絲+鴻喜菇+非基改味噌
	水果	水果1份
4月10日	胚芽飯	白米+胚芽
星期三	香酥魚丁*3	魚丁+地瓜大丁
	家常豆腐	非基改板豆腐小丁+紅蘿蔔片+木耳片+蔥段
	時蔬	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
4月11日	上海菜飯	白米+青江菜1cm+冷凍三色豆+豬絞肉+紅蘿蔔末
星期四	冰糖雞翅*1	雞翅1隻+冰糖
	蘿蔔燴肉羹	白蘿蔔中丁+肉羹+紅蘿蔔中丁+芹菜珠
	有機時蔬	有機時蔬
	紅豆紫米湯	紅豆+紫米
	水果	水果1份
4月12日	雜糧飯	白米+五穀米
星期五	味噌肉片	豬肉片+洋蔥角+紅蘿蔔片+非基改味噌
	鮮蔬冬粉	冬粉+豆芽菜+紅蘿蔔絲+木耳絲+蝦皮
	有機時蔬	有機時蔬
	海結大骨湯	海帶結+龍骨丁
	水果	水果1份
4月15日	麥片飯	白米+麥片
星期一	鐵板肉柳	豬肉柳+洋蔥粗絲+彩椒絲+蔥段
	開陽扁蒲	扁蒲粗絲+紅蘿蔔絲+鮑魚菇片+蝦皮
	有機時蔬	有機時蔬
	西式濃湯	馬鈴薯小丁+CAS洗選蛋+洋蔥小丁+紅蘿蔔末+奶粉
	水果	水果1份
4月16日	有機白米飯	有機白米
星期二	BBQ雞丁	帶皮胸丁+洋蔥角+彩椒角+蔥段+烤肉醬
	海芽蒸蛋	CAS殺菌液蛋+海帶芽

	有機時蔬	有機時蔬
	白菜豆腐湯	大白菜角+非基改板豆腐絲1+紅蘿蔔絲+柴魚片
	水果	水果1份
4月17日	蕎麥飯	白米+蕎麥
星期三	花生燒肉	豬肉角+白蘿蔔中丁+紅蘿蔔中丁+水煮花生
	筍炒三絲	筍絲6+豬肉絲+芹菜段+紅蘿蔔絲+木耳絲
	時蔬	時蔬
	珍菇蛋花湯	金針菇b對切+CAS洗選蛋+香菇片
	水果	水果1份
4月18日	燕麥飯	白米+燕麥
星期四	玉米燴雞	帶皮胸丁+冷凍玉米粒+洋蔥小丁+紅椒小丁+冷凍毛豆仁
	起司奶香花椰	冷凍青花菜+彩椒角+起司片+鮮奶油
	有機時蔬	有機時蔬
	地瓜芋圓湯	地瓜小丁1+芋圓
	水果	水果1份
4月19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	炸蝦捲*2	蝦捲2個
	肉片冬瓜	冬瓜片+豬肉片+紅蘿蔔片+木耳片
	時蔬	時蔬
	黃芽大骨湯	黃豆芽2+紅蘿蔔絲+龍骨丁
	水果	水果1份
4月22日	地瓜飯	白米+地瓜小丁
星期一	瓜仔肉	豬絞肉+洋蔥小丁+非基改豆干小丁+碎瓜
	韭香甜條	甜不辣條+洋蔥粗絲1+紅蘿蔔絲+韭菜段
	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
4月23日	有機白米飯	有機白米
星期二	砂鍋魚丁	魚丁+大白菜角+紅蘿蔔片+油豆腐小丁+木耳片+蔥段
	什錦咖哩	豬肉角+馬鈴薯中丁+洋蔥角+紅蘿蔔中丁
	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
4月24日	小米飯	白米+小米
星期三	宮保雞丁	帶皮胸丁+小黃瓜中丁+紅椒角+洋蔥小丁+蒜味花生
	絲瓜豆腐煲	非基改板豆腐大丁+絲瓜片+紅蘿蔔片+木耳片
	時蔬	時蔬
	台式米粉湯	粗米粉+油豆腐小丁+乾香菇+芹菜珠
	水果	水果1份
4月25日	什錦炒麵	烏龍麵+高麗菜絲+洋蔥絲+蟬絲+細肉絲
星期四	香滷豬排*1	豬排1個
	玉米肉茸	冷凍玉米粒+洋蔥小丁+豬絞肉+紅椒小丁
	有機時蔬	有機時蔬
	芹香蘿蔔湯	白蘿蔔小丁+紅蘿蔔小丁+芹菜珠0.+龍骨丁
	水果	水果1份
4月26日	薏仁飯	白米+洋薏仁
星期五	筍燒雞	帶皮胸丁+筍中丁+紅蘿蔔中丁+洋蔥角
	蔥花炒蛋	CAS殺菌液蛋+洋蔥小丁+紅蘿蔔小丁+蔥花
	有機時蔬	有機時蔬
	芋頭麥片甜湯	芋頭小丁+麥片+奶粉
	水果	水果1份
4月29日	芝麻飯	白米+黑芝麻
星期一	梅干扣肉	豬肉角+筍干+梅干菜
	蒸餃*2	CAS冷凍豬肉水餃+高麗菜絲
	有機時蔬	有機時蔬
	枸杞冬瓜湯	冬瓜中丁+龍骨丁+枸杞
	水果	水果1份
4月30日	有機白米飯	有機白米

星期二	三杯雞	帶皮胸丁+杏鮑菇D大角+紅蘿蔔中丁+洋蔥角+九層塔去梗+蒜仁+老薑片
	蒲瓜肉絲	扁蒲片+豬肉絲+紅蘿蔔片+木耳片
	有機時蔬	有機時蔬
	摩摩喳喳	西谷米+芋頭小丁+綠豆+椰奶粉+椰漿
	水果	水果1份