



*本公司使用之生鮮食材皆為國產及非基因改造符合三章一Q規範，敬請安心食用。

Table with columns: 日期, 星期, 主食, 主菜, 副菜, 蔬食, 湯品, 份量, 全穀雜糧類, 豆魚蛋肉類, 蔬菜類, 水果類, 數量, 鈣, 鐵. Rows include meals like 薏仁飯, 花生肉絲油飯, 白飯, 紫米飯, 燕麥飯, 蕎麥飯, 白飯, 白醬鮮菇筆管麵, 白飯, 胚芽飯, 日式炒麵.

→本菜單內含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！
過敏原包含：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硫酸鹽等製品及其相關製品

動手連連看，分辨不一樣

牛番茄 (Tomato) and 小番茄 (Cherry Tomato). Categories: 蔬菜類 (Vegetables), 水果類 (Fruits).

玉米 (Corn) and 玉米筍 (Corn Cobs). Categories: 蔬菜類 (Vegetables), 全穀雜糧類 (Whole Grains).

毛豆 (Edamame) and 荷蘭豆 (Snow Peas). Categories: 蔬菜類 (Vegetables), 豆魚蛋肉類 (Beans, Fish, Eggs, Meat).

紅豆 (Red Beans), 綠豆 (Green Beans), 黃豆 (Yellow Beans). Categories: 全穀雜糧類 (Whole Grains), 豆魚蛋肉類 (Beans, Fish, Eggs, Meat).

→本菜單內含有海鮮、堅果、奶製品、蛋製品等食材，有過敏體質者，敬請小心食用！
過敏原包含：1. 甲殼類 2. 芒果 3. 花生 4. 牛奶 5. 蛋 6. 堅果 7. 芝麻 8. 含麩質之穀類 9. 大豆 10. 魚類 11. 亞硫酸鹽等製品及其相關製品