

4 月份菜單

日期	星期	中餐 / 三菜一主食	水果
1	日		
2	一	便當(黑胡椒豬柳飯)熱量/555 份	奇異果 1 個(125g)
3	二	自帶午餐分享	蓮霧 3 個
4	三	連續假	
5	四		
6	五		
7	六		
8	日		
9	一	炒麵	蘋果 1 個(125g)
10	二	便當(秋刀魚飯)熱量 640/份	香蕉 1 個
11	三	便當(滑蛋肉片)熱量/530 份	奇異果 1 個(125g)
12	四	自帶中餐互相交流	蓮霧 3 個
13	五	菜包 ，自帶餐食分享	
14	六		
15	日		
16	一	蝦仁炒飯(熱量 550/份)	柑橘 1 個
17	二	便當(燒烤鮭魚飯)熱量/600 份	葡萄 8 個
18	三	自帶中餐分享	香蕉(小)1 條
19	四	便當(三鮮燴飯)熱量/520 份	
20	五	飯糰、(清蒸魚、三樣菜)	香蕉(小)1 個
21	六		
22	日		
23	一	便當(燒烤鮭魚飯)熱量/600 份	香蕉(小)1 個
24	二	自帶午餐分享	葡萄 8 個
25	三	便當(咖哩雞肉)熱量/425 份	自帶水果
26	四	便當(炸鱈魚飯)熱量/550 份	柑橘 1 個
27	五	自帶午餐分享	蓮霧 3 個
28	六		
29	日		
30	一	炒麵	蘋果 1 個(125g)