

## 111年04月份菜單

本菜單使用國產豬肉



關山

日期	星期	主食	副食			湯品	全穀雜糧(份)	豆魚蛋肉(份)	蔬菜(份)	熱量(大卡)
4月1日	星期五	白飯	回鍋肉	螞蟻上樹	美味時蔬	大瓜排骨湯	5	3.5	2	750
4月6日	星期三	炒米苔目		奶皇包	美味時蔬	紅豆薏仁湯	5	3.5	2	750
4月7日	星期四	白飯	鹹酥雞	麻婆豆腐	美味時蔬	粉絲蛋花湯	5.5	3.5	2	785
4月8日	星期五	白飯	海帶燒肉	刈薯炒蛋	美味時蔬	關東煮	5	3.5	2	750
4月11日	星期一	白飯	沙茶滷肉	芹香豆干	美味時蔬	海芽蛋花湯	5.5	3	2	735
4月12日	星期二	白飯	洋蔥雞丁	豆芽肉絲	美味時蔬	蘿蔔排骨湯	5	3	2	700
4月13日	星期三	什錦炒飯		豆沙包	美味時蔬	綠豆地瓜湯	5	3.5	2	750
4月14日	星期四	白飯	紅燒肉丁	番茄炒蛋	美味時蔬	榨菜肉絲湯	5.5	3.5	2	785
4月15日	星期五	白飯	紅燒魚片	瓜仔肉	美味時蔬	大瓜魚丸湯	5	3.5	2	750
4月18日	星期一	白飯	咖哩肉丁	白菜干片	美味時蔬	玉米排骨湯	5.5	3	2	735
4月19日	星期二	白飯	三杯雞	海帶肉絲	美味時蔬	玉菜肉片湯	5	3	2	700
4月20日	星期三	什錦炒麵		芝麻包	美味時蔬	綠豆薏仁湯	5	3.5	2	750
4月21日	星期四	白飯	豆干滷肉	洋蔥炒蛋	美味時蔬	鹹菜肉片湯	5.5	3.5	2	785
4月22日	星期五	白飯	滷雞排	紅燒雙薯	美味時蔬	粉絲蛋花湯	5	3.5	2	750
4月25日	星期一	白飯	馬鈴薯燉肉	蛋酥白菜滷	美味時蔬	茶壺湯	5.5	3	2	735
4月26日	星期二	白飯	香酥魚丁	大瓜燴雙片	美味時蔬	海芽蛋花湯	5	3	2	700
4月27日	星期三	榨醬拌麵		蝦卷	美味時蔬	冬瓜山粉圓	5	3.5	2	750
4月28日	星期四	白飯	洋蔥雞丁	芹香甜不辣	美味時蔬	日式味噌湯	5.5	3.5	2	785
4月29日	星期五	白飯	醋溜排骨	紅蘿蔔炒肉絲	美味時蔬	大瓜排骨湯	5	3.5	2	750



## 李斯特菌

*Listeria monocytogenes*衛生福利部疾病管制署  
www.cdc.gov.tw

李斯特菌是食品病原菌之一，廣泛存在於環境中，在低溫環境（低於4度）還能繼續繁殖，連冰箱都阻止不了它。而李斯特菌的感染主要分為兩大類：

## 非侵襲性感染

發燒、腹瀉、噁心

## 侵襲性感染

可能產生敗血症及中樞神經感染

死亡率高  
20-30%

## 如何預防



生熟食分開避免交叉污染



食物加熱至72度以上



冰箱定期消毒

李斯特菌  
*Listeria monocytogenes*

免疫力較低的人不建議食用生菜、生肉以及生乳喔