

| 日期<br>星期 |    | 4月11日<br>星期一              | 4月12日<br>星期二                | 4月13日<br>星期三           | 4月14日<br>星期四               | 4月15日<br>星期五           | 4月16日<br>星期六         |
|----------|----|---------------------------|-----------------------------|------------------------|----------------------------|------------------------|----------------------|
| 早餐       |    | 味噌拉麵<br>叉燒包<br>海苔丸子<br>紅茶 | 蟹絲芙蓉粥<br>白煮蛋<br>波浪薯條<br>柳橙汁 | 熱狗<br>大亨堡<br>地瓜球<br>奶茶 | 培根大肉包<br>水煮蛋<br>麥克雞塊<br>麥茶 | 薯餅<br>煎蛋<br>吐司<br>芝麻豆漿 | 青菜餛飩麵<br>黑糖小饅頭<br>米漿 |
|          |    |                           |                             |                        |                            |                        |                      |
| 中餐       | 主食 | 白米飯                       | 白米飯                         | 沙茶豬肉炒麵                 | 白米飯                        | 白米飯                    | 白米飯                  |
|          | 主菜 | 茶香雞排<br>樹子蒸魚              | 糖醋肉片<br>三杯雞丁                | 五香滷雞腿<br>蒲燒鯛魚          | 鐵板豬柳<br>瓜仔雞                | 味噌豬排<br>蜜汁雞腿           | 椒鹽魚丁<br>筍乾肉丁         |
|          | 副菜 | 豆干滷鵪鶉                     | 海帶三絲                        | 芹香肉絲                   | 咖哩洋芋                       | 蔥燒豆腐                   | 鯖魚洋蔥蛋                |
|          | 副菜 | 金針菇炒肉絲                    | 桂竹筍炒肉絲                      | 港式燒賣*1                 | 扁蒲三色                       | 彩椒杏鮑菇                  | 冬瓜什錦                 |
|          | 青菜 | 小魚高麗菜                     | 培根青花菜                       |                        | 筍絲羹                        | 椒鹽四季豆                  | 豆薯肉絲                 |
|          | 青菜 | 健康青菜                      | 有機蔬菜                        | 健康青菜                   | 有機蔬菜                       | 健康青菜                   | 健康青菜                 |
|          | 湯品 | 冬瓜排骨湯                     | 紫菜蛋花湯                       | 菇菇雞湯                   | 蘿蔔排骨湯                      | 芋香西米露                  | 油豆腐貢丸湯               |
|          | 熱量 | 864                       | 872                         | 913                    | 877                        | 869                    | 898                  |
|          |    |                           |                             |                        |                            |                        |                      |
| 晚餐       | 主食 | 白米飯                       | 白米飯                         | 白米飯                    | 白米飯                        | 南瓜炒米粉                  |                      |
|          | 主菜 | 京醬豬柳<br>咖哩雞丁              | 蠔油里肌排<br>香酥雞腿               | 梅乾菜燉鴨<br>醬爆雞丁          | 蒜蓉蒸排骨<br>咕咾魚丁              | 鐵路大排                   |                      |
|          | 副菜 | 瓜仔肉燥                      | 酥炸櫛瓜                        | 雞茸玉米                   | 塔香海茸                       | 雪裡紅炒肉末                 |                      |
|          | 副菜 | 蜜汁地瓜                      | 柴魚蒸蛋                        | 打拋干丁                   | 沙茶芥藍肉片                     | 魚香茄子                   |                      |
|          | 青菜 | 嫩炒筍茸                      | 螞蟻上樹                        | 黃瓜什錦                   | 豆芽炒肉絲                      |                        |                      |
|          | 青菜 | 健康青菜                      | 健康青菜                        | 健康青菜                   | 健康青菜                       | 健康青菜                   |                      |
|          | 湯品 | 酸菜鴨肉湯                     | 粉條紅茶                        | 四神排骨湯                  | 味噌豆腐湯                      | 玉米濃湯                   |                      |
|          | 水果 | 時令水果                      | 時令水果                        | 時令水果                   | 時令水果                       | 時令水果                   |                      |
|          | 熱量 | 876                       | 895                         | 874                    | 869                        | 889                    |                      |

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[ 使用台灣豬肉 ]