



日期	5月2日	5月3日	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
早餐	蒸餃*6 菜脯蛋 燙青菜 青菜肉絲湯	培根大肉包 水煮蛋 燙青菜 米漿	漢堡 豬排 煎蛋 柳橙汁	吐司 鮪魚 煎蛋 豆漿	麻醬麵 五香滷蛋 燙青菜 紫菜蛋花湯	水煎包 麥克雞塊 黑糖小饅頭 奶茶	
	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	主餐	
中餐	主食	白米飯	白米飯	日式炒烏龍	白米飯	白米飯	
	主菜	韓式烤雞翅 蒲燒鯛魚	照燒雞腿 古早味大排	雞肉味噌燒 壽喜燒肉片	蒙古烤肉 貴妃燒雞	香酥雞腿 豆酥魚片	糖醋雞柳條 紅燒獅子頭
	副菜	鐵板油豆腐	咖哩粉絲	茶碗蒸	魚香豆腐	玉米四色	瓜仔肉燥
	副菜	金針菇炒肉絲	海結落花生	蒜香毛豆莢	黃瓜鮮燴	聰明鮪魚蛋	丁香花生
	青菜	蝦皮高麗菜	芙蓉絲瓜		薑絲海茸	扁蒲雙鮮	蜆味青花菜
	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	翡翠蛋花湯	豆薯肉絲湯	日式海芽湯	金針排骨湯	冬瓜山粉圓	酸辣湯
	熱量	898	876	902	886	905	886
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	揚州炒飯	
	主菜	三杯雞丁 筍乾控肉	地瓜粉蒸肉 宮保魚丁	冬菜鴨丁 蔥爆肉片	豆瓣魚丁 南瓜燒肉	五香鹹豬肉	
	副菜	卜菜管仔筍	滷蛋*1	五味茄子	豆輪燒蘿蔔	蔥燒豆腐	
	副菜	醬燒小黃瓜蝦仁	魚香肉絲	沙茶芥藍肉片	香腸海帶根	蛋酥白菜	
	青菜	西芹杏鮑菇	培根花椰菜	黑胡椒金針菇	鮮菇佛手瓜		
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品	香菇雞湯	綠豆薏仁湯	冬瓜蛤蜊湯	酸辣湯	海帶營養湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	