

日期	9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30日	10月1日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
早餐	鐵板麵 小熱狗 荷包蛋 紅茶	蔬菜寬粉 小肉包 柳橙汁	肉燥飯 滷蛋 燙青菜 海帶芽湯	里肌刈包 豆漿	肉圓 蒸地瓜 燙青菜 魚丸湯	什錦米苔目 草莓小饅頭 雞柳條*2 麥茶	
	主食	白米飯	白米飯	義大利肉醬麵	白米飯	白米飯	白米飯
中餐	主菜	椒鹽排骨酥 香菇蒸雞	味噌燒肉 鹽酥雞丁	香草烤雞腿 鐵路大排	黑胡椒豬柳 芋頭燒雞	腐乳燒雞翅 蜜汁叉燒肉	鹽水雞 紅燒肉
	副菜	扁蒲三色	洋蔥炒蛋	義式洋芋	瓜子肉燥	沙茶玉米穗	金沙南瓜
	副菜	沙茶干丁	蕃茄燴豆腐	培根青花菜	黃瓜鮮燴	竹筍炒皮絲	榨菜肉絲
	青菜	四季豆	冬瓜什錦	健康青菜	西芹腰果	蠔味青花菜	塔香杏鮑菇
	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	金針肉絲湯	當歸鴨湯	奶油玉米濃湯	紫菜蛋花湯	粉圓湯	冬瓜排骨湯
	熱量	889	876	916	895	914	914
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	客家炒米粉	
	主菜	蒜泥白肉 梅乾菜燉鴨	椒麻雞腿 鐵路大排	椒鹽魚條*3 紅燒獅子頭	雞肉井 糖醋排骨	蔥燒雞排	
	副菜	豆薯炒肉絲	蜜汁地瓜	滷味拼盤	蝦皮扁蒲	玉米可樂餅	
	副菜	玉米炒蛋	五香滷油豆腐	西芹炒肉片	薑絲海帶根	醬燒塔香百頁	
	青菜	韭菜銀芽	蠔味青花菜	三杯馬鈴薯	甘梅薯條		
	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	檸檬愛玉	白菜豆腐湯	蔬菜粉絲湯	蘿蔔貢丸湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	
熱量	869	877	867	870	879		

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]