

日期		1月2日	1月3日	1月4日	1月5日	1月6日	1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			叻魚瘦肉粥	蔥油餅夾蛋	蕃茄紅醬通心麵	什錦炒麵	雞排刈包
			香酥雞米花	小熱狗	小餐包	滷油豆腐	荷包蛋
			雙色饅頭	柳橙汁	馬鈴薯濃湯	燙青菜	米漿
			紅茶		豆漿	蘿蔔貢丸湯	
中餐	主食		白米飯	黑胡椒鐵板麵	白米飯	白米飯	白米飯
	主菜		黑胡椒豬排 芝麻烤雞排	日式豬排 紐澳良腿排	醬油炸雞 蒙古烤肉	豆豉雞丁 京醬豬柳	香滷雞腿 蔥燒魚片
	副菜		金針菇肉羹	鮪魚洋蔥蛋	家常豆腐	洋芋炒肉絲	鵪鶉肉燥
	副菜		泰式打拋干丁	奶黃包	珍珠丸子	港式燒賣	蜜汁豆干
	青菜		炒高麗菜		炒白花菜	冬瓜什錦	黃瓜魚板絲
	青菜		有機蔬菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	健康青菜
	湯品		蒜頭雞湯	關東煮	結頭貢丸湯	蘿蔔排骨湯	綠豆湯
	熱量		880	830	876	855	870
晚餐	主食		白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜		糖醋魚丁 豆輪燒肉	蒲燒鯛魚 蘑菇醬豬排	沙茶肉片 麻油米血鴨	鐵路大排 黃金喜相逢	
	副菜		螞蟻上樹	蕃茄炒蛋	芹香炒黑輪	茄汁肉醬豆腐	
	副菜		炸豆腐	咖哩魚丸	鮮蝦捲	香菇炒玉米筍	
	青菜		香腸海帶根	砂鍋白菜滷	杏菇炒洋蔥	炒高麗菜	
	青菜		健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品		玉米濃湯	仙草芋圓甜湯	金針排骨湯	結頭魚丸湯	
	水果		時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	
	熱量		820	850	867	860	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]