

日期	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日	9月22日	9月23日
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐	香蒜麵包	鍋燒意麵	蘿蔔糕*3	豬肉排堡	古早味米粉湯	玉米蛋餅
	蒸鍋貼*2	豆沙包	雜糧小饅頭	荷包蛋	滷三角油豆腐	
	雞米花	地瓜條	燙青菜		燙青菜	
	紅茶	麥茶	豆漿	綠茶	麥茶	檸檬綠茶
中餐	主食	白米飯	港式鹹豬肉炒飯	白米飯	白米飯	白米飯
	主菜	蘑菇雞丁 味噌燒肉	洋蔥燒肉 醬爆雞丁	豆豉排骨 港式雞煲	香菇雞丁 橙汁魚丁	咖哩雞丁 沙茶肉片 迷迭香雞排 香檸大排
	副菜	鐵板嫩油腐	胖胖果	豆酥四季豆	青花菜	三杯馬鈴薯 蕃茄炒蛋
	副菜	烤地瓜	筍筍炒肉絲	寧波炒年糕	椒鹽虎皮蛋	薑絲海帶根 蒼蠅頭
	青菜	鮑菇花椰菜	絲瓜粉絲		杏鮑菇炒筍片	腐皮高麗菜 海味黃瓜
	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	玉米蛋花湯	蒜頭雞湯	酸菜肚片湯	當歸皮絲蘿蔔湯	珍珠奶茶 菇菇肉絲湯
	熱量	880	870	877	865	860
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯
	主菜	地瓜粉蒸肉 京醬燒鴨	墨西哥烤雞排 香酥魚排	黑胡椒豬柳 三杯雞丁	香滷雞腿 蔥燒大排	香香雞排 蒲燒魚肚
	副菜	麥克雞塊	花生麵筋	玉米蒸蛋	糖醋薯丁	珍珠丸子
	副菜	茄汁豆包	咖哩魚丸	香酥豆腐	玉米布丁酥	滷油豆腐
	青菜	洋蔥炒海芽	砂鍋白菜滷	韭菜銀芽	蜆味青花菜	干貝酥*1
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜
	湯品	味噌豆腐湯	銀耳蓮子湯	肉骨茶湯	紫菜蛋花湯	蘿蔔排骨湯
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
熱量	820	850	867	860	870	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]