



日期		10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日
星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐				水餃*8	蛋花雞絲麵	法式吐司*2片	小米粥
				炸雞塊	雜糧小饅頭		花生麵筋
				燙青菜	金黃薯餅		肉鬆
				紫菜蛋花湯	紅茶	奶茶	玉米炒蛋
中餐	主食			日式烏龍麵	白米飯	白米飯	白米飯
	主菜			無骨香雞排 酥炸魚排	彩椒腰果雞丁 味噌燒肉	孜然肉片 糖醋雞丁	香酥雞腿 鐵路大排
	副菜			四角油豆腐	竹筍炒肉絲	家常豆腐	瓜仔肉燥
	副菜			小泡芙	花枝捲	旗津大黑輪	絲瓜金銀蛋
	青菜				蟬味青花菜	薯條	蒜香四季豆
	青菜			黃豆芽炒蘭花干	有機青菜	健康青菜	健康青菜
	湯品			海芽味噌湯	當歸蘿蔔湯	紅豆湯圓	蒜頭洋蔥雞湯
	熱量			830	850	830	
晚餐	主食			白米飯	白米飯	肉絲炒麵	
	主菜			冬瓜燒鴨丁 蒜香排骨	海苔香雞排 鐵路大排	紐澳良腿排	
	副菜			糖醋薯丁	雙K滷海結	胖胖果	
	副菜			蒸鍋貼	地瓜球*3	雙K滷海結	
	青菜			腐皮高麗菜	膀皮白菜滷	玉米炒蛋	
	青菜			健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品			肉骨茶湯	豆薯雞湯	小白菜豆腐湯	
	水果			時令水果	時令水果	時令水果	
	熱量			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]