

日期	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
早餐	鮮肉包	起司蛋餅	墨西哥小餐包	黑胡椒鐵板麵	蒸鍋貼*5	里肌刈包	
	炒蛋	豆漿	小熱狗	荷包蛋	沖繩黑糖捲	米漿	
	薯餅		地瓜薯條	洋蔥圈	香酥雞米花		
	柳橙汁		奶茶	綠茶	紅茶		
中餐	主食	白米飯	白米飯	櫻花蝦炒飯	白米飯	白米飯	
	主菜	無骨香雞排 蒲燒鯛魚肚	香酥魚丁 黑胡椒雞丁	香滷腿排 日式豬排	紅糟肉 酥炸魚塊	唐揚炸雞 匈牙利燉肉	古早味大排 醬燒雞排
	副菜	蕃茄炒蛋	沙茶干丁	炸花枝丸	芙蓉豆腐	螞蟻上樹	塔香麵腸
	副菜	絲瓜麵線	椒鹽豆莢	魚板蒸蛋	芝麻球	胖胖果	珍珠香腸
	青菜	炒白花菜	雞塊		小黃瓜炒黑輪	玉米炒蛋	蘿蔔燒海結
	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	五行蔬菜湯	榨菜肉絲湯	芝香海帶芽湯	香菇雞湯	冬瓜粉圓湯	玉米湯
	熱量	880	870	850			
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	火腿蛋炒飯	什錦炒板條	
	主菜	蒜泥白肉 梅乾菜燉鴨	紐澳良腿排 茄汁大排	麻油雞 咕咾肉	L型大雞腿 義式肉丸	滷大排	
	副菜	酥炸南瓜	龍鳳腿	豆薯炒肉絲	麥克雞塊	金針菇炒肉絲	
	副菜	紅燒豆包	鹽酥百頁	黃瓜花片	薯條	咖哩虎皮蛋	
	青菜	韭菜銀芽	焗汁青花菜	鹽酥百頁	培根青花菜		
	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	紅豆湯	金針排骨湯	珍珠奶茶	山藥排骨湯	
	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				

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[ 使用台灣豬肉 ]