

日期		1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日	1月13日
星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
早餐		玉米蛋餅	豬排起司吐司	鮮蔬通心麵	全麥饅頭	麥香雞蛋堡	
				麥克雞塊	玉米可樂餅		
				青花菜	炒蔥蛋		
		麥茶	柳橙汁	紅茶	豆漿	奶茶	
中餐	主食	白米飯	白米飯	義大利肉醬麵	白米飯	白米飯	
	主菜	三杯雞 醬爆肉片	沙茶豬柳 鹽酥雞丁	黑胡椒豬排 雞柳條*2	北海魚條*2 無骨香雞排	咖哩雞丁 味噌燒肉	
	副菜	瓜仔油腐	螞蟻上樹	薯條	脆綠甜條	蝦皮扁蒲	
	副菜	龍鳳腿	花枝捲	西式餐包	紅蘿蔔炒蛋	章魚燒	
	青菜	蒜香四季豆	薑絲海帶根		南瓜燒豆腐	小魚高麗菜	
	青菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	有機蔬菜	健康青菜	
	湯品	冬瓜魚丸湯	四神湯	味噌豆腐湯	榨菜肉絲湯	燒仙草	
	熱量	855	876	830	850	830	
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯		
	主菜	蒜泥白肉 油蔥淋雞	紐澳良烤雞排 香酥鱈魚排	洋蔥豬柳 香菇雞丁	玉米蒸肉餅 麻油雞		
	副菜	洋蔥炒蛋	炸豆腐	玉米布丁酥	鮮筍炒肉絲		
	副菜	酸菜麵腸	田園玉米粒	蟹絲蒸蛋	紅豆麻糬燒		
	青菜	腐皮白菜滷	蜜汁地瓜	塔香海茸	絲瓜炒菇		
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜		
	湯品	日式味噌湯	綠豆小米湯	肉骨茶湯	結頭玉米湯		
	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]