



日期	8月5日	8月6日	8月7日	8月8日	8月9日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
早餐	筍香肉包	麥香雞起司堡	肉燥飯	古早味米粉湯	香菇瘦肉粥	
	雞塊		滷蛋	香菇貢丸	雙色小饅頭	
	燙青菜		燙青菜	三角油豆腐	香酥雞米花	
	蘿蔔貢丸湯	冬瓜紅茶	奶茶	紅茶	豆漿	
中餐	主食	白米飯	火腿蛋炒飯	白米飯	白米飯	
	主菜	無骨香雞排	蜜汁叉燒肉	左宗棠雞丁	梅醬雞丁	香酥雞腿
		鐵路大排	蒲燒鯛魚肚	泰式魚排	鐵板燒肉	薑汁燒肉
	副菜	洋蔥甜不辣	三杯杏鮑菇	培根高麗菜	胖胖果	瓜仔肉燥
	副菜	鐵板油豆腐	蒜香青花椰	福州丸	螞蟻上樹	玉米炒蛋
	青菜	芋香四色	薑絲海帶根		海帶干絲	麻油杏鮑菇
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜
	湯品	蘿蔔肉絲湯	紫菜蛋花湯	泰式摩摩嗒嗒	青木瓜排骨湯	味噌豆腐湯
熱量	880	870	877	855	870	
晚餐	主食	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	
	主菜	五香滷豬排	蘿蔔滷豬腳	香酥雞丁	蔥爆雞丁	
		黃金魚排	香菇雞丁	孜然肉片	排骨酥	
	副菜	香菇肉燥	咖哩虎皮蛋	鮮菇肉醬	翡翠豆腐	
	副菜	青椒肉片	小瓜甜不辣	金針菇炒肉絲	刺瓜肉羹	
	青菜	冬瓜什錦	絲瓜麵筋	塔香茄子	乾扁四季豆	
	青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	健康青菜	
	湯品	翡翠吻仔魚湯	綠豆薏仁湯	清水肉絲湯	金針排骨湯	
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]