

日期	星期	早點心、飲品		主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果	午點心、飲品	
2	一	筍香肉包	桂圓紅棗茶	米飯	蘿蔔滷雞丁	鹹酥什錦	時令青菜	味噌豆腐湯		紅麵線粿	水果
3	二	蒸蘿蔔糕	低糖豆漿	糙米飯	茄汁魚丁	西魯肉	時令青菜	川菜雞湯	水果	絞肉玉米糙米粥	
4	三	蔬菜麵粉煎	米麩	特餐	肉羹飯	鮮菇蠔油雞柳	時令青菜	芝麻包		肉燥湯麵	水果
5	四	蔥抓餅	洛神花茶	糙米飯	打拋豬肉	黃瓜炒肉絲	時令青菜	羅宋湯	水果	蒸地瓜	鮮奶
6	五	銀絲卷	低糖豆漿	米飯	蘿蔔滷大黑干	玉米蒸蛋	時令青菜	白木耳甜湯		水果三樣	
9	一	吐司夾蔥花蛋	檸檬水果飲	米飯	炸雙翅	螞蟻上樹	時令青菜	金茸肉絲湯		奶香蔬菜通心麵濃湯	水果
10	二	芋泥包	低糖豆漿	糙米飯	泰式檸檬魚片	客家小炒	時令青菜	黃瓜大骨湯	水果	雞茸三色粥	
11	三	鍋貼	決明子茶	特餐	什錦炒麵	韓式泡菜肉片	時令青菜	青菜魚丸湯		翡翠雲吞湯	水果
12	四	蔥花捲饅頭	鮮奶	糙米飯	蒜泥肉片	燒白菜	時令青菜	白蘿蔔大骨湯	水果	香菇肉羹麵線	
13	五	珍珠丸子	紫菜豆腐湯	米飯	菇燒豆腸	蕃茄炒蛋	時令青菜	花豆地瓜湯		水果三樣	
16	一	肉片三明治	米麩	米飯	魚排	絞肉玉米	時令青菜	蘿蔔雞湯		蔬菜雞蛋意麵	水果
17	二	菜包	低糖豆漿	糙米飯	咖哩雞丁	田園鮮蔬	時令青菜	紫菜蛋花湯	水果	雪蓮子肉燥蓋飯	味噌海帶芽湯
18	三	水煮蛋	田園蔬菜湯	特餐	香菇肉絲粥	芋頭燒排骨	時令青菜	滷海帶豆干		魚丸米粉湯	水果
19	四	葡萄乾吐司	鮮奶	糙米飯	三杯翅腿	花菜炒木須	時令青菜	白菜羹	水果	廣東粥	
20	五	鹹米苔目		米飯	金針泡菜凍豆腐	菇菇炒蛋	時令青菜	紅豆湯圓甜湯		水果三樣	
23	一	水餃	蛋花湯	米飯	韓式辣炒肉片	鮮菇三色	時令青菜	海帶結排骨湯		香芋鹹粥	水果
24	二	吐司鮭魚	護眼飲	糙米飯	鹽酥雞	金茸麵筋燒白菜	時令青菜	青菜蛋花湯	水果	什錦板條	
25	三	黑糖饅頭	低糖豆漿	特餐	茄醬螺旋麵	香滷雙翅	時令青菜	玉米濃湯		蓮子瘦肉粥	水果
26	四	爆漿小餐包	鮮奶	糙米飯	豆瓣魚丁	蘿蔔燒翅腿	時令青菜	甜玉米大骨湯	水果	芹香花枝丸片米粉	
27	五	珍珠丸子	低糖豆漿	米飯	回鍋豆干	茶碗蒸	時令青菜	紫米西米露		水果三樣	
30	一	麻油麵線	蔬菜蛋花湯	米飯	蒜頭雞	咖哩洋蔥肉末	時令青菜	青菜豆腐湯		茄汁義大利肉醬麵	水果
31	二	芹菜麵粉煎	低糖豆漿	糙米飯	鯖魚或柳葉魚	綜合滷肉	時令青菜	田園蔬菜湯	水果	洋蔥蛋蓋飯	味噌海帶芽湯

廠商：永鴻商號 營養師：呂雅萍