

日期	9月30日	10月1日	10月2日	10月3日	10月4日	10月5日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
早餐	銀絲卷 炒蛋 香菇貢丸粥 綠茶	壽司*4片 黑糖小饅頭 雞米花*2 紫菜湯	大亨堡 大熱狗 水果 麥茶	什錦麵疙瘩 燙青菜 白煮蛋 柳橙汁	果醬吐司 水餃*6 玉米布丁酥 奶茶	地瓜絲粥 花生麵筋 炒雞丁 炸豆腐	
	主餐	白米飯	白米飯	韓式炸醬麵	白米飯	白米飯	白米飯
中餐	主菜	鐵板燒肉片 梅子雞丁	三杯雞丁 糖醋排骨	春川炒雞 魷魚豬五花	腰果雞丁 香酥魚丁	酥炸雞腿 鐵路大排	香酥花枝排 曼波雞排
	副菜	三色炒蛋	玉米肉末	醬燒馬鈴薯	寬粉鮮蔬	洋蔥炒蛋	筍丁肉燥
	副菜	龍鳳腿	芝麻球	香炒培根黃豆芽	胖胖果	麻婆豆腐	蜜汁地瓜
	青菜	海味黃瓜	小瓜香腸片		毛豆干丁	青花菜	甜豆炒洋蔥
	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	紫菜蛋花湯	玉米蘿蔔湯	韓式蒜味年糕湯	山藥養生湯	綠豆西米露	鮮筍湯
	晚餐	主餐	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯	白米飯
晚餐	主菜	筍乾控肉 鹽酥雞丁	茄汁豬排 香酥魚排	沙茶肉片 京醬燒鴨	鮭魚排 BBQ雞排	南瓜燒肉 青醬雞丁	
	副菜	沙茶肉羹	咖哩魚丸	茄汁豆包	蒼蠅頭	芹香豆干	
	副菜	玉米餅	木須麵腸	蘋果派	中式香腸	海苔肉捲	
	青菜	鐵板銀芽	白菜滷	四季豆	薑絲海帶根	卜菜管仔筍	
	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	紅豆薏仁湯	海芽蛋花湯	冬菜鴨湯	五行蔬菜湯	
	水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整