

| 日期 | 1月11日                      | 1月12日                  | 1月13日                        | 1月14日                     | 1月15日                     | 1月16日        |
|----|----------------------------|------------------------|------------------------------|---------------------------|---------------------------|--------------|
| 星期 | 星期一                        | 星期二                    | 星期三                          | 星期四                       | 星期五                       | 星期六          |
| 早餐 | 鮮奶饅頭<br>炒蔥蛋<br>薯餅<br>蛋花雞絲麵 | 麵包<br>熱狗<br>茶葉蛋<br>柳橙汁 | 蘿蔔糕*3<br>麥克雞塊<br>鮮蔬通心麵<br>豆漿 | 火腿蛋餅<br>珍珠丸子<br>小可頌<br>麥茶 | 香菇肉羹粥<br>小薯餅<br>炒青菜<br>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<br>糖醋肉片            | 沙茶豬柳<br>鹽酥雞丁                 | 北海魚條*2<br>雞柳條*2           | 無骨香雞排<br>黑胡椒豬排            | 咖哩雞丁<br>味噌燒肉 |
|    | 副菜                         | 瓜仔油腐                   | 螞蟻上樹                         | 薯條                        | 翠綠甜條                      | 紅蘿蔔炒蛋        |
|    | 副菜                         | 龍鳳腿                    | 花枝捲                          | 西式餐包                      | 南瓜燒豆腐                     | 章魚燒          |
|    | 青菜                         | 蒜香四季豆                  | 薑絲海帶根                        |                           | 三杯杏鮑菇                     | 小魚高麗菜        |
|    | 青菜                         | 健康青菜                   | 有機蔬菜                         | 奶香燉白菜                     | 有機蔬菜                      | 健康青菜         |
|    | 湯品                         | 冬瓜魚丸湯                  | 酸辣湯                          | 玉米濃湯                      | 結頭排骨湯                     | 燒仙草          |
|    | 熱量                         | 870大卡                  | 873大卡                        | 882大卡                     | 892大卡                     | 875大卡        |
| 晚餐 | 主食                         | 白米飯                    | 白米飯                          | 白米飯                       | 白米飯                       |              |
|    | 主菜                         | 蒜泥白肉<br>油蔥淋雞           | 紐奧良烤雞排<br>香酥魚排               | 黑胡椒豬柳<br>香菇雞丁             | 麻油雞<br>玉米蒸肉餅              |              |
|    | 副菜                         | 洋蔥炒蛋                   | 鮮筍炒肉絲                        | 義式薯丁                      | 蕃茄燒豆腐                     |              |
|    | 副菜                         | 酸菜麵腸                   | 田園玉米粒                        | 蟹絲蒸蛋                      | 紅豆麻薯燒                     |              |
|    | 青菜                         | 白菜滷                    | 蜜地瓜                          | 塔香海茸                      | 豆薯炒菇                      |              |
|    | 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                  | 紅豆湯                          | 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                         | 863大卡                  | 872大卡                        | 869大卡                     | 865大卡                     |              |

蔬菜會依實際市場供貨狀況稍作調整

[使用台灣豬肉]