



日期	星期	上午點心	午 餐					下午點心	全穀根 莖類/份	蔬菜類 /份	豆腐肉 蛋類/份	油脂整 果種子 類/份	水果類	熱量
			主 食	主 菜	副 菜 一	時蔬	湯 品 類							
8/31	一	菇菇瘦肉粥	白米飯	時瓜絞肉	肉絲花椰	蔬菜	玉米蘿蔔湯	冬瓜銀耳露	5.4	1.6	2.9	2.0	1.0	785.5
9/1	二	香煎蘿蔔糕	糙米飯	醬瓜燒雞	蔬香粉絲	蔬菜	時蔬湯	蜂蜜蛋糕. 麥茶	5.2	1.5	2.8	2.3	1.0	775.0
9/2	三	小籠包. 仙草干茶	炊粉特餐	滷蛋	炊粉配料	蔬菜	貢片湯	麵線羹	5.0	1.7	2.4	2.2	1.0	731.5
9/3	四	家常湯麵	糙米飯	茄汁肉片	蛋香時蔬	蔬菜	仙草蜜	銅鑼燒. 決明子茶	5.5	1.8	2.3	2.1	1.0	757.0
9/4	五	芝麻包. 麥茶	小米飯	三杯雞	肉絲時瓜	蔬菜	紫菜蛋花湯	時蔬冬粉湯	5.2	1.8	2.7	2.1	1.0	766.0
9/7	一	金瓜絞肉粥	白米飯	地瓜燒肉	季豆炒蛋	蔬菜	時蔬大骨湯	黑糖地瓜湯. 小餅乾	5.0	2.1	2.1	2.1	1.0	714.5
9/8	二	台式米苔目湯	糙米飯	豉香燒雞	清炒高麗	蔬菜	南瓜濃湯	慶生蛋糕. 麥茶	5.2	1.8	2.4	2.1	1.0	743.5
9/9	三	黑糖饅頭. 米漿	西式特餐	炸柳葉魚	西式配料	蔬菜	時瓜大骨湯	蘿蔔糕湯	5.5	1.7	2.1	1.9	1.0	730.5
9/10	四	肉羹湯麵	糙米飯	回鍋肉片	家常豆腐	蔬菜	紅豆湯	蒸/煎餃. 時瓜湯	5.4	2.0	2.0	2.0	1.0	728.0
9/11	五	銀絲卷. 仙草干茶	紫米飯	咕咾雞	紅仁炒蛋	蔬菜	味噌豆腐湯	餛飩湯	5.2	1.5	2.6	2.1	1.0	751.0
9/14	一	豬肝瘦肉粥	白米飯	洋蔥豬柳	回鍋干片	蔬菜	珍菇湯	紅豆湯	5.2	2.0	2.1	2.1	1.0	726.0
9/15	二	蛋餅. 豆漿	糙米飯	咖哩雞	肉絲花椰	蔬菜	玉米蛋花湯	馬拉糕. 時瓜湯	5.0	2.2	2.8	2.5	1.0	787.5
9/16	三	小兔包. 決明子茶	丼飯特餐	香滷棒腿	丼飯配料	蔬菜	時蔬大骨湯	油腐細粉	5.3	1.5	2.5	2.8	1.0	782.0
9/17	四	刈包肉片	糙米飯	醬燒雞	肉絲時瓜	蔬菜	冬瓜粉圓湯	沙其馬. 時蔬湯	5.1	1.8	2.4	2.1	1.0	736.5
9/18	五	雙色饅頭. 麥茶	燕麥飯	高麗肉片	銀蘿凍腐	蔬菜	番茄洋蔥湯	蒸/烤地瓜	5.1	1.7	2.6	2.2	1.0	753.5
9/21	一	蒸/煎餃	白米飯	京醬肉絲	紅仁炒蛋	蔬菜	紫菜湯	麻油麵線	5.2	2.1	2.3	2.2	1.0	748.0
9/22	二	肉鬆吐司. 決明子茶	糙米飯	鳳梨燒雞	毛豆玉菜	蔬菜	時瓜大骨湯	起酥蛋糕. 麥茶	4.8	1.6	2.5	2.1	1.0	718.0
9/23	三	蔥花捲. 仙草干茶	拌麵特餐	酥炸魚條	拌麵配料	蔬菜	味噌豆腐湯	蔬菜煎餅. 貢片湯	5.2	1.7	2.4	2.3	1.0	750.0
9/24	四	玉米濃湯麵	糙米飯	打拋豬	蛋香花椰	蔬菜	紅豆湯圓	關東煮	5.2	1.8	2.1	2.0	1.0	716.5
9/25	五	米粉羹	小米飯	蒜泥白肉	蘿蔔麵腸	蔬菜	時蔬雞湯	田園蔬菜湯	5.0	2.0	2.3	2.2	1.0	731.5
9/26	六	小麵包. 牛奶	紫米飯	香滷雞翅	紅燒油腐	蔬菜	時蔬大骨湯	鮮燴烏龍麵	6.0	1.7	2.4	2.1	1.0	797.0
9/28	一	玉菜瘦肉粥	白米飯	芝麻燒雞	螞蟻上樹	蔬菜	味噌海芽湯	炒粿條	5.0	1.6	2.2	2.2	1.0	714.0
9/29	二	蔥抓餅	糙米飯	咖哩肉片	蛋香白菜	蔬菜	蘿蔔湯	珍珠丸子. 決明子茶	5.2	2.0	2.5	2.3	1.0	765.0
9/30	三	黑糖饅頭. 豆漿	油飯特餐	滷蛋	油飯配料	蔬菜	時蔬蛋花湯	綠豆麥仁湯	5.5	1.8	2.3	2.2	1.0	761.5

供應蔬菜品項：青江菜、油菜、A菜、高麗菜、小白菜、大陸妹、地瓜葉、菠菜、空心菜、豆芽菜、圓蒲、絲瓜、敏豆等。

每日午餐供應水果，品項包括：芭樂、西瓜、蘋果、鳳梨、香蕉、小番茄、哈密瓜、木瓜、柳丁、橘子等。

本餐點表內容因時令季節因素而時有更動。

