

				日期	11月1日		星期二	日期	11月2日		星期三	日期	11月3日		星期四	日期	11月4日		星期五	
				項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
				主食	糙米飯	白米	9	主食	番茄蛋炒飯	白米	7	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	
						糙米	2			蛋	4							糙米	2	
				副食	滷大排	豬排				副食	瓜子肉			副食	洋蔥雞丁					
						每人一片						肉絲	3			絞肉	8	雞丁	8	
												玉米粒	3			豆薯	1.5	洋蔥	3	
												洋蔥	2			絞瓜	1			
												番茄醬	適量							
												蔥	適量							
				副食	洋蔥肉絲	洋蔥	7		副食	麥克雞塊			副食	白菜肉羹	大白菜	8	副食	炒三絲		
						肉絲	2								肉羹	2			豆干絲	3
						紅蘿蔔	1				麥克雞塊	6			紅蘿蔔	0.5			肉絲	2
											每人2顆				木耳	0.5			木耳	0.5
																紅蘿蔔			0.5	
				副食	美味時蔬	國小8國中10		副食	美味時蔬	國小8國中10		副食	美味時蔬	國小8國中10		副食	美味時蔬	國小8國中10		
				湯品	青菜蛋花湯			湯品	紫米西米露			湯品	針菇肉絲湯			湯品	玉米濃湯	玉米粒	1	
						雞蛋	2			西谷米	1.5			肉絲	2			蛋	1	
						小白菜	2			紫米	1			金針菇	1.5			馬鈴薯	2	
						大骨	1							木耳	0.5			紅蘿蔔	0.5	
										每人一份				青蔥	適量					
				午餐精進		豆沙包	每人一份	午餐精進		高麗菜包	每人一份	午餐精進		黑糖饅頭	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	

日期	11月7日			星期一	日期	11月8日			星期二	日期	11月9日			星期三	日期	11月10日			星期四	日期	11月11日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	醃醬拌麵	白油麵	15	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9					
						糙米	2			絞肉	4							糙米	2					
副食	日式洋蔥肉	肉丁	8	副食	木須燒雞丁					豆干丁	3	副食	麻油雞	雞丁	8	副食	白玉燒肉	肉丁	8					
		洋蔥	3			雞丁	8			洋蔥	2			米血	2			白蘿蔔	2					
		紅蘿蔔	1			刈薯	2			紅蘿蔔	1			高麗菜	2			紅蘿蔔	1					
						紅蘿蔔	2			甜麵醬	適量			麻油	適量									
副食	大瓜白片	八寶瓜或扁豆	8	副食	油腐肉燥	油豆腐	5	副食	芋頭包			副食	紅燒雙薯	馬鈴薯	4.5	副食	南瓜肉末	南瓜	6					
		甜不辣	2			絞肉	3							地瓜	3.5			絞肉	3					
		紅蘿蔔	1.5			紅蘿蔔	0.5			芋頭包				洋蔥	2			紅蘿蔔	1					
		蔥	適量							每人1個				肉片	1.5									
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬							
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10						
湯品	白菜羹	大白菜	2	湯品	南瓜蛋花湯			湯品	紅豆薏仁湯	紅豆	2	湯品	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔	4	湯品	金茸海裙湯							
		金針菇	1			南瓜	3			薏仁	1			排骨	2			金針菇	2					
		白蘿蔔或結頭菜	1			雞蛋	2											蛋	1.5					
		木耳	0.5			大骨	1											海帶芽	適量					
								水果		每人一份														
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		蔥煎包	每人一份	午餐精進		白煮蛋	每人一份	午餐精進		鮮奶饅頭	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	11月14日			星期一	日期	11月15日			星期二	日期	11月16日			星期三	日期	11月17日			星期四	日期	11月18日			星期五				
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	泡菜豬肉蓋飯			主食	糙米飯	白米	9	主食	糙米飯	白米	9	主食	糙米飯	白米	9	主食	糙米飯	白米	9	
						糙米	2			肉片	6			糙米	2			糙米	2			糙米	2			糙米	2	
副食	滷雞翅			副食	三杯魚片	魚片				副食	海結燒肉			副食	咖哩雞	雞丁		8	副食	咖哩雞	雞丁		8	副食	咖哩雞	雞丁		8
		雞翅				每人一片						高麗菜	3			肉丁	8	馬鈴薯			5							
		每人一隻				洋蔥	2					洋蔥	2			海帶結	2	洋蔥			1							
						小黃瓜或青椒	2					韓式泡菜	2			白蘿蔔	1	紅蘿蔔			1							
						九層塔	適量					紅蘿蔔	1			紅蘿蔔	1	咖哩粉			適量							
副食	玉米炒蛋			副食	沙茶針菇			副食	蝦捲	蝦捲	12	副食	豆芽肉絲			副食	大瓜肉片			副食	大瓜肉片			副食	大瓜肉片			
						高麗菜	5.5			每人2個								冬瓜或扁蒲	7									
		蛋	5			生鮮菇	2							豆芽菜	4.5			肉片	2									
		玉米粒	3			肉絲	2							肉絲	2.5			紅蘿蔔	1									
		紅蘿蔔	1			紅蘿蔔	0.5							紅蘿蔔	1			木耳	1									
						沙茶醬	適量																					
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10						
湯品	菇菇湯	肉絲	2	湯品	玉菜肉片湯			湯品	綠豆湯			湯品	玉米雞湯			湯品	關東煮	白蘿蔔	4	湯品	關東煮	白蘿蔔	4	湯品	關東煮	白蘿蔔	4	
		生鮮菇	2			高麗菜或大白菜	3			綠豆	3			雞丁	2.5			油豆腐	2									
		木耳	0.5			肉片	1.5							玉米穗	3			玉米穗	1									
										水果	每人一份																	
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		喜兔包	每人一份	午餐精進		馬拉糕	每人一份	午餐精進		銀絲卷	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	

日期	11月21日			星期一	日期	11月22日			星期二	日期	11月23日			星期三	日期	11月24日			星期四	日期	11月25日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	黑胡椒豬柳燴飯	肉絲	4.5	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9					
						糙米	2			洋蔥	7							糙米	2					
副食	馬鈴薯燉肉	肉丁	8	副食	三杯雞	雞丁	8			副食	宮保雞丁	紅蘿蔔	2	副食	蜜汁燒肉			副食	蜜汁燒肉					
		馬鈴薯	3			米血	3.5					雞蛋	1			小黃瓜或青 椒	8			肉丁	8			
		紅蘿蔔	1			九層塔	適量					黑胡椒醬	適量			紅蘿蔔	4			地瓜	3.5			
		洋蔥	1									青蔥	適量				0.5							
副食	玉米肉末			副食	刈薯炒蛋			副食	四色醃醬			副食	客家小炒	絞肉	3	副食	客家小炒							
		玉米粒	4			蛋	3.5			豆干丁	2.5			豆干片	4									
		紅蘿蔔	2			豆薯	5.5			玉米粒	2			肉絲	2									
		絞肉	2			紅蘿蔔	1			胡蘿蔔	1			紅蘿蔔	1									
										甜麵醬	適量			青蔥	適量									
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬							
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10										
湯品	茶壺湯	雞丁	2	湯品	針菇肉片湯			湯品	紅豆湯	紅豆	3	湯品	冬瓜大骨湯	冬瓜	5	湯品	馬鈴薯濃湯	馬鈴薯	2					
		金針菇	1			高麗菜	2			大骨	1			洋蔥	2									
		木耳	0.5			金針菇	2			蔥	適量			雞蛋	2									
		柴魚片	適量			肉片	1							大骨	1									
										水果	每人一份													
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		鮮肉包	每人一份	午餐精進		檸檬翅小腿	每人2隻	午餐精進		芝麻包	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	11月28日			星期一	日期	11月29日			星期二	日期	11月30日			星期三	日期	12月1日			星期四	日期	12月2日			星期五					
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目					
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	咖哩炒烏龍麵	烏龍麵	15	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	糙米飯	白米	9	主食	糙米飯				
						糙米	2			高麗菜	6							糙米	2										
副食	甜麵燒雞	雞丁	8	副食	豆豉魚					副食	木須燒豚肉	肉絲	3	副食	南瓜燴雞丁	雞丁	8	副食	南瓜燴雞丁	雞丁	8	副食	南瓜燴雞丁	雞丁	8	副食	南瓜燴雞丁		
		豆干丁	2			魚片						蛋	2			肉片	8			南瓜	4								
		紅蘿蔔	1.5			每人一片						紅蘿蔔	1			刈薯	2												
		甜麵醬	適量			豆豉	適量					金針菇	1			紅蘿蔔	2												
												木耳	0.3																
												咖哩粉	適量																
副食	蛋酥白菜滷			副食	螞蟻上樹	高麗菜	5	副食	鮮肉包			副食	大瓜燴魚丸			副食	番茄炒蛋			副食	番茄炒蛋			副食	番茄炒蛋				
		大白菜	7.5			絞肉	2			鮮肉包	8			扁蒲或冬瓜	9			番茄	6			番茄	6						
		蛋	2			冬粉	1			每人1個				小魚丸	1.5			蛋	4										
		木耳	1			紅蘿蔔	1							紅蘿蔔	1														
						木耳	0.5							蔥	適量														
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬				
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10															
湯品	日式味噌湯	豆腐	3	湯品	菇菇雞湯	雞丁	2	湯品	冬瓜粉圓	冬瓜糖磚	1	湯品	胡瓜蛋花湯			湯品	酸菜肉片湯			湯品	酸菜肉片湯			湯品	酸菜肉片湯				
		味噌	適量			生鮮菇	2			粉圓	2			胡瓜	5			酸菜	1.5										
		海帶芽	適量											蛋	2			肉片	2										
		蔥	適量																										
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		雙色饅頭	每人一份	午餐精進		履歷豆漿	每人一份	午餐精進		馬拉糕	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	午餐精進					

日期	12月5日			星期一	日期	12月6日			星期二	日期	12月7日			星期三	日期	12月8日			星期四	日期	12月9日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	古早味米苔目	米苔目	15	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9					
						糙米	2			高麗菜	6							糙米	2					
副食	三杯雞	雞丁	8	副食	香酥魚片					肉絲	6	副食	玉米炒雞丁	雞丁	8	副食	冬瓜滷肉							
		米血	3.5			魚片				紅蘿蔔	2			玉米粒	2			肉丁	8					
		九層塔	適量			每人一片				韭菜	0.3			洋蔥	1			冬瓜	3					
										柴魚	適量			紅蘿蔔	1			紅蘿蔔	1					
副食	什錦珍菇	青椒或小黃瓜	5.5	副食	海結滷什錦					副食	洋蔥炒蛋			副食	炒三絲									
		生鮮菇	3			海帶結	3					豆干絲	4											
		紅蘿蔔	1			肉丁	1.5					肉絲	2											
		木耳	0.5			白蘿蔔	2					木 耳	0.5											
						紅蘿蔔	1					紅蘿蔔	0.5											
						蔥	適量																	
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬											
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10										
湯品	玉米排骨湯	玉米穗	3	湯品	粉絲蛋花湯	蛋	2	湯品	綠豆薏仁湯	綠豆	2	湯品	精力蔬菜湯	蔬菜	2.5	湯品	茶壺湯	雞丁	2					
		排骨	1			冬粉	適量			薏仁	1			番茄	1			金針菇	1					
						冬菜	適量							木耳	0.5			木 耳	0.5					
						大骨	1							大骨	1			柴魚片	適量					
										水果				每人一份										
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		銀絲卷	每人一份	午餐精進		果汁	每人一份	午餐精進		芋泥包	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	12月12日			星期一	日期	12月13日			星期二	日期	12月14日			星期三	日期	12月15日			星期四	日期	12月16日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	什錦炒飯			主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	糙米飯	白米	9	
						糙米	2							糙米	2							糙米	2	
副食	沙茶肉片	肉片	8	副食	馬鈴薯燉雞	雞丁	8				肉絲	4	副食	紅燒魚			副食	海結燒肉			副食	海結燒肉		
		洋蔥	2			馬鈴薯	3			蛋	3	魚片				肉丁			8					
		高麗菜	2			紅蘿蔔	1			高麗菜	3	每人一片				海帶結			2					
		沙茶醬	適量			洋蔥	1			洋蔥	2	洋蔥			1.5	白蘿蔔			1.5					
										蔥	適量	蔥			適量	紅蘿蔔			1					
副食	大瓜貢片	冬瓜或大黃瓜	8	副食	豆芽肉絲			副食	喜兔包			副食	麻婆豆腐	盒裝豆腐	9	副食	肉絲扁蒲	胡瓜	9	副食	肉絲扁蒲	胡瓜	9	
		貢丸	2							絞肉	1.5			肉絲	2									
		紅蘿蔔	1			豆芽菜	5			喜兔包				蔥	適量			紅蘿蔔	1					
						肉絲	2.5			每人1個				辣豆瓣醬	適量									
						紅蘿蔔	1																	
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10						
湯品	青菜豆腐湯			湯品	金茸肉絲湯	肉絲	2	湯品	椰漿西米露			湯品	白菜鮮菇湯	大白菜	3	湯品	羅宋湯	西芹	1.5	湯品	羅宋湯	西芹	1.5	
		盒裝豆腐	4			金針菇	1			芋頭	3			鮮菇	1			蕃茄	2					
		小白菜	2				西谷米			1	大骨			1	馬鈴薯			1.5						
		大骨	1				椰漿			適量					洋蔥			1						
										每人一份								肉絲	1					
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		黑糖饅頭	每人一份	午餐精進		保久乳	每人一份	午餐精進		奶皇包	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		水果	每人一份	

日期	12月19日			星期一	日期	12月20日			星期二	日期	12月21日			星期三	日期	12月22日			星期四	日期	12月23日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	滑蛋瘦肉粥	白米	11	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9					
						糙米	2			高麗菜	4							糙米	2					
副食	沙茶燒雞	雞丁	8	副食	香酥魚片					絞肉	3	副食	甜麵燒肉	肉丁	8	副食	蜜汁雞丁							
		豆乾丁	2			魚片				雞蛋	2.5			麵腸	2			雞丁	8					
		紅蘿蔔	1.5			每人一片				玉米粒	1.5			紅蘿蔔	1.5			地瓜	2					
		沙茶醬	適量							紅蘿蔔	1			甜麵醬	適量			洋蔥	1.5					
副食	白菜粉絲煲	大白菜	5	副食	紅燒豆腐			副食	芋頭包			副食	紅蔘炒蛋			副食	鮮菇肉片	西芹	5					
		肉絲	1			非基改豆腐	7											肉片	2					
		紅蘿蔔	1			絞肉	1.5			芋頭包				紅蘿蔔	5			生鮮菇	1.5					
		冬粉	1			木耳	0.5			每人1個				蛋	4			紅蘿蔔	1					
						紅蘿蔔	0.5											木耳	0.5					
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬							
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10						
湯品	榨菜肉絲湯			湯品	冬瓜排骨湯			湯品				湯品	湯圓甜湯			湯品	南瓜排骨湯							
		榨菜	3			冬瓜	5							小湯圓	3			南瓜	4					
		肉絲	2			排骨	2											排骨	2					
		蔥	適量																					
										水果	每人一份													
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		雙色饅頭	每人一份	午餐精進		燒賣	每人一份	午餐精進		豆沙包	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	12月26日			星期一	日期	12月27日			星期二	日期	12月28日			星期三	日期	12月29日			星期四	日期	12月30日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	糙米飯	白米	9	主食	白飯	白米(乾)	11	主食	什錦炒麵	白油麵	15	主食	白飯	白米	11	主食	白飯	白米	11	主食	白飯	白米	11	
		糙米	2							高麗菜	6													
副食	韭香絞肉	絞肉	8	副食	刈薯燒雞					肉絲	3	副食	回鍋肉	肉片	8	副食	滷大排	豬排						
		蛋	2			洋蔥	2				豆干片			2	每人一片									
		韭菜	2			紅蘿蔔	1				蔥			適量										
		豆豉	適量			木耳	0.5				甜麵醬			適量										
副食	大瓜燴魚丸			副食	玉米炒蛋			芋頭丸		副食	紅燒雙薯			副食	蛋酥白菜滷									
		扁蒲或冬瓜	9						馬鈴薯			4.5	大白菜			7.5								
		小魚丸	1.5			蛋	5		地瓜			3.5	蛋			2								
		紅蘿蔔	1			玉米粒	3		芋頭丸			洋蔥	2			木耳	1							
		蔥	適量			紅蘿蔔	1		每人2個			肉片	1.5											
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			美味時蔬		副食	美味時蔬			副食	美味時蔬									
		國小8國中10				國小8國中10			國小8國中10			國小8國中10												
湯品	玉菜肉絲湯	高麗菜	2.5	湯品	胡瓜排骨湯	胡瓜	5	湯品	珍珠粉圓	紅茶茶包	適量	湯品	肉骨茶湯			湯品	鮮菇雞湯							
		肉絲	1.5			排骨	2			粉圓	2			白蘿蔔或結頭菜	5			雞丁	1.5					
														排骨	2			白蘿蔔或結頭菜	3					
														肉骨茶包	適量			生鮮菇	2					
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		銀絲卷	每人一份	午餐精進		鮮肉包	每人一份	午餐精進		黑糖饅頭	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	1月2日			星期一	日期	1月3日			星期二	日期	1月4日			星期三	日期	1月5日			星期四	日期	1月6日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
元旦				主食	糙米飯	白米	9	主食	炒麵疙瘩	麵疙瘩	15	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9					
						糙米	2			高麗菜	6							糙米	2					
						副食	醬燒雞丁			雞丁	8			紅燒魚片					副食	海結燒肉				
				白蘿蔔或結頭菜	3					魚片	每人一片	副食	洋蔥		1	適量								
				紅蘿蔔	1																肉丁	8		
				蔥	適量																		海帶結	2
										白蘿蔔	1.5													
												紅蘿蔔	1											
				副食	鮮菇肉片	西芹	5	副食	蝦捲	蝦捲	12			副食	瓜子肉			副食	洋蔥炒蛋					
						肉片	2			每人2個		絞肉	3.5			洋蔥	6							
						生鮮菇	1.5					絞瓜	2.5							蛋	4			
						紅蘿蔔	1					洋蔥	2.5											
						木耳	0.5					木耳	0.5											
						蔥	適量																	
				副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬							
						國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10						
				湯品	海芽蛋花湯	蛋	2	湯品	冬瓜山粉圓			湯品	海帶結排骨湯			湯品	玉米濃湯	玉米粒	2					
						海帶芽	適量			冬瓜糖磚	適量			海帶結	3			蛋	1					
						蔥	適量			山粉圓	1.5			排骨	2			馬鈴薯	1					
																		紅蘿蔔	1					
										水果				每人一份										
				午餐精進		芋泥包	每人一份	午餐精進		芝麻包	每人一份	午餐精進		馬拉糕	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	1月9日			星期一	日期	1月10日			星期二	日期	1月11日			星期三	日期	1月12日			星期四	日期	1月13日			星期五
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	番茄蛋炒飯	白米	7	主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9					
						糙米	2			蛋	4							糙米	2					
副食	回鍋肉	肉片	8	副食	鮮菇燒雞					肉絲	3	副食	豆瓣蒸魚			副食	南瓜燴雞丁	雞丁	8					
		豆干片	2			雞丁	8			玉米粒	3			魚片				南瓜	4					
		蔥	適量			生鮮菇	2			洋蔥	2			每人一片				紅蘿蔔	1					
		甜麵醬	適量			紅蘿蔔	1.5			番茄醬	適量			洋蔥	1.5									
										蔥	適量			豆瓣醬	適量									
副食	什錦冬粉	高麗菜	4	副食	白菜肉羹	大白菜	8	副食	鮮肉包			副食	大瓜肉片			副食	紅蔘炒蛋							
		金針菇	1.5			肉羹	2																	
		冬粉	1.5			紅蘿蔔	0.5			鮮肉包				冬瓜或大黃瓜	9			紅蘿蔔	5					
		肉絲	1.5			木耳	0.5			每人1個				肉片	2			蛋	4					
		木耳	1											紅蘿蔔	1									
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬							
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10						
湯品	關東煮	白蘿蔔	2	湯品	日式味噌湯			湯品	綠豆地瓜湯			湯品	金針菇肉絲	大白菜	3	湯品	大瓜魚丸湯							
		黑輪	1			盒裝豆腐	2.5			綠豆	2			肉絲	1.5			冬瓜或扁蒲	4					
		玉米穗	1			味噌	適量			地瓜	2			金針菇	1			魚丸	2					
						柴魚片	適量							青蔥	適量									
										水果				每人一份										
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		高麗菜包	每人一份	午餐精進		燒賣	每人一份	午餐精進		奶皇包	每人一份	午餐精進		水果	每人一份					

日期	1月16日			星期一	日期	1月17日			星期二	日期	1月18日			星期三	日期	1月19日			星期四
項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量	項目	菜 名	明 細	用 量				
主食	白飯	白米	11	主食	糙米飯	白米	9	主食	什錦炒飯			主食	白飯	白米	11				
						糙米	2												
副食	泡菜肉片			副食	三杯雞	雞丁	8				肉絲	4	副食	滷雞腿					
		肉片	8			米血	3.5			蛋	3	雞腿							
		高麗菜	2			九層塔	適量			高麗菜	3	每人一隻							
		韓式泡菜	1.5							洋蔥	2								
										蔥	適量								
副食	炒三絲			副食	南瓜燴蛋			副食	芝麻包			副食	玉米肉末						
		豆干絲	3											玉米粒	4				
		肉絲	2			南瓜	6			芝麻包				紅蘿蔔	3				
		木耳	0.5			蛋	4			每人1個				絞肉	2				
		紅蘿蔔	0.5																
副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬			副食	美味時蔬						
		國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10				國小8國中10					
湯品	海芽蛋花湯	蛋	2	湯品	玉菜肉片湯			湯品	綠豆湯			湯品	虱目魚丸湯	白蘿蔔或結頭菜	5				
		海帶芽	適量			高麗菜或大白菜	3			綠豆	3			虱目魚丸	2				
		蔥	適量			肉片	1.5												
								水果		每人一份									
午餐精進		水果	每人一份	午餐精進		豆沙包	每人一份	午餐精進		蔥煎包	每人一份	午餐精進		鮮肉包	每人一份				