



熱量分析		50-200 kcal	300-400 kcal	200-250 kcal
日期	星期	上午點心	中午午餐	下午點心
1	五	田園蔬菜麵	親子蓋飯、高麗菜炒雪白菇、紫菜蛋花湯、時令水果	麥茶 克林姆麵包
4	一	營養麵線	糖醋雞柳、雪裡紅肉末豆干、芹菜蘿蔔龍骨湯、時令水果	牛奶 香草捲
5	二	手工麵魚兒	海帶結燒肉、蛋炒扁蒲、小魚乾味噌豆腐湯、時令水果	鮮榨檸檬汁 饅頭
6	三	牛奶 醬燒小肉包	義大利肉醬麵、香菇豆皮大陸妹、酥炸雞塊、冬瓜大骨湯、時令水果	蘿蔔糕湯
7	四	低糖豆漿 地瓜包	鮮蔬炒麵、蝦干空心菜、滷豆干、番茄蛋花湯、時令水果	紅豆西米谷
8	五	蛋花雞絲麵	香酥魚、玉米雞茸豆腐、大黃瓜貢丸湯、時令水果	麥茶 芝麻包
12	二	什錦肉絲冬粉	味噌洋蔥燒肉、香菇油菜炒蛋、冬瓜大骨湯、時令水果	低糖豆漿 銀絲卷
13	三	牛奶 豆沙包	蒸椒鹽雞、燴三菇木耳、紅白蘿蔔湯、時令水果	擔仔麵
14	四	原味奶酪	高麗菜飯、香菇毛豆干丁、蔥蛋、番茄黃豆芽湯、時令水果	香菇丸肉絲米粉
15	五	南瓜肉末粥	海鮮烏龍麵、滷蛋、滷海帶、時令水果	低糖豆漿 波蘿麵包
18	一	莧菜吻仔魚粥	鹹蛋蒸肉、大黃瓜燴肉片、薑絲紫菜大骨湯、時令水果	麥茶 自製果醬吐司
19	二	地瓜湯	塔香雞丁杏鮑菇、玉米醬蒸蛋、蔬菜大骨湯、時令水果	鮮榨檸檬汁 鮮奶饅頭
20	三	牛奶 芝麻包	番茄牛肉麵、小白菜炒菇、時令水果	蘿蔔糕湯
21	四	低糖豆漿 銀絲卷	肉末豆腐、鮑菇青江菜、海帶芽味噌蛋花湯、時令水果	蛋花雞絲麵
22	五	水煮蛋 海帶芽味噌湯	夏威夷炒飯、油菜炒豆皮、南瓜洋蔥蘑菇湯、時令水果	麥茶 生日蛋糕
25	一	滑蛋瘦肉粥	紹子麵、扁蒲炒肉絲、韭菜炒蛋、芹菜蘿蔔大骨湯、時令水果	牛奶 豆沙包
26	二	養樂多 300light 肉包	雙色蘿蔔燒肉、蒜炒空心菜、馬鈴薯炒肉絲、冬瓜大骨湯、時令水果	海鮮米粉湯
27	三	牛奶 芋泥包	木須肉、胡蘿蔔炒高麗菜、菇菇大骨湯、時令水果	關東煮
28	四	蘿蔔糕湯	鮮蔬炒米粉、焗南瓜、香菇燒豆包、紫菜蛋花湯、時令水果	低糖豆漿 銀絲卷
29	五	小米粥 小菜	咖哩雞燴飯、三色胡瓜、山藥牛蒡湯、時令水果	麥茶 鹹乳酪蛋糕
備註		遇有臨時偶發事件無法供應原訂餐點時則以它類食品替代。		

