

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	二	滑蛋玉米粥	糙米飯、味噌洋蔥燒肉、胡蘿蔔炒青花菜、山藥牛蒡湯、時令水果	擔仔麵
2	三	牛奶 芝麻包	木須赤肉羹麵、大陸妹炒豆皮、時令水果	皮蛋瘦肉粥
3	四	低糖豆漿 自製果醬吐司	什錦咖哩、蒜香青江菜、香菇蒸蛋、海帶芽味噌湯、時令水果	桂圓紅豆紫米粥
4	五	蔬菜蛋片麵線	小米飯、滷雞腿、雪菜炒肉末豆干、番茄白菜湯、時令水果	養生茶 奶香葡萄麵包
7	一	鮮蔬肉絲冬粉	豆豉蒸魚、三色胡瓜、胡蘿蔔炒蛋、薏仁雞骨湯、時令水果	關東煮
8	二	營養蛋花麵線	古早味油飯、肉片高麗菜、大黃瓜大骨湯、時令水果	牛奶 黑糖沖繩捲
9	三	黑芝麻牛奶 饅頭	糙米飯、糖醋雞柳、銀芽炒豆干、小白菜蛋花湯、時令水果	什錦肉絲米苔目
10	四	水煮蛋 海帶芽味噌湯	高麗菜飯、香炒油菜、紅燒木耳豆包、羅宋湯、時令水果	牛奶 大肉包
11	五	南瓜洋蔥鹹粥	牛肉麵、小黃瓜炒菇、時令水果	低糖豆漿 牛奶起司麵包
14	一	時蔬銀魚粥	起司義大利肉醬麵、香炒雙椰、玉米濃湯、時令水果	堅果牛奶 銀絲卷
15	二	低糖豆漿 鮭魚吐司	四彩雞丁、香炒大陸妹、青椒炒干絲、芹菜蘿蔔大骨湯、時令水果	鮮肉雲吞
16	三	黑芝麻牛奶 豆沙包	香酥魚、香菇紅絲蒸蛋、蔬菜大骨湯、時令水果	肉丸麵線
17	四	蘿蔔糕湯	鮮蔬炒麵、滷豆干、塔香煎蛋、番茄黃豆芽湯、時令水果	綠豆地瓜湯
18	五	青蔬雞蛋湯麵	小米飯、醋溜肉片、芝麻菠菜冬粉、小魚乾味噌豆腐湯、時令水果	麥茶 香草捲
21	一	蛋花雞絲麵	雙色蘿蔔燒肉、薑絲芥菜、螞蟻上樹、玉米龍骨湯、時令水果	牛奶 芝麻包
22	二	手工麵魚兒	粉蒸肉、地瓜葉拌香蔥肉燥、番茄蛋花湯、時令水果	銀耳蓮子湯
23	三	牛奶 芋泥包	咖哩豬肉蛋炒飯、開陽白菜、昆布胡蘿蔔湯、時令水果	油豆腐肉末冬粉
24	四	地瓜湯	時蔬炒米粉、蒜香青江菜、胡蘿蔔蒸蛋、南瓜洋蔥湯、時令水果	黑芝麻牛奶 QQ 小饅頭
25	五	小米粥 小菜	糙米飯、紅燒獅子頭、枸杞炒高麗菜、冬瓜大骨湯、時令水果	低糖豆漿 玉米乳酪麵包
28	一	蔬菜玉米肉末粥	豆薯炒肉絲、木耳油菜、洋蔥炒蛋、薑絲紫菜湯、時令水果	牛奶 自製果醬吐司
29	二	原味奶酪	糙米飯、咖哩雞燴飯、吻仔魚炒菠菜、菇菇大骨湯、時令水果	肉絲南瓜米粉
30	三	牛奶 醬燒小肉包	什錦烏龍湯麵、香酥三蔬果、時令水果	紅豆西米谷
31	四	低糖豆漿 鮮奶饅頭	油豆腐燒海結、田園花椰、番茄炒蛋、大黃瓜湯、時令水果	香菇芋頭粥
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。 本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。		