

111 年 1 月份		餐 點 表									
日期	星期	早 點 心		午 餐 內 容						午 點 心	
				主食	主菜	副菜	時蔬	湯	水果		
1 月 3 日	週一	雞蛋小饅頭	鮮奶	白飯+糙米	馬鈴薯燉肉	黃瓜炒木耳	時令蔬菜	南瓜枸杞雞湯	時令水果	綠豆豆花甜湯	
1 月 4 日	週二	蔬菜什錦湯麵		鮭魚玉米蛋炒飯		香菇玉米筍	時令蔬菜	絲瓜蛤蠣湯	時令水果	鮮蔬餛飩湯	
1 月 5 日	週三	岩燒蜂蜜蛋糕	鮮奶	白飯	香菇瓜仔肉燥	塔香海帶結	時令蔬菜	番茄蔬菜蛋花湯	時令水果	山藥香菇雞茸粥	
1 月 6 日	週四	香芋鹹粥		白飯+胚芽米	鳳梨茄汁雞丁	豆干炒小黃瓜	時令蔬菜	黃豆芽排骨湯	時令水果	肉絲麵線	
1 月 7 日	週五	蔬菜湯餃		白飯	樹子鱈魚燜豆腐	肉末炒豆段	時令蔬菜	味噌豆腐海帶湯	時令水果	牛奶軟麵包	鮮奶
1 月 10 日	週一	玉米脆片	鮮奶	白飯	三杯雞丁	栗香豆腐燒	時令蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	紅豆鮮奶紫米粥	
1 月 11 日	週二	地瓜包	鮮奶	白飯+糙米	京醬黃瓜炒肉絲	蝦仁洋蔥炒蛋	時令蔬菜	三菇雞湯	時令水果	海鮮鍋燒意麵	
1 月 12 日	週三	蕃茄蛋蔬大滷麵		雞肉親子丼		蔥燒豆腐	時令蔬菜	海帶結玉米湯	時令水果	奶香捲小麵包	鮮奶
1 月 13 日	週四	客家粿仔湯麵		白飯	鹹蛋蒸肉	玉米炒豆丁	時令蔬菜	蛤蜊雞腿肉湯	時令水果	翡翠小魚滑蛋粥	
1 月 14 日	週五	鮮魚香菇蔬粥		白飯+胚芽米	鳳梨蝦球	日式彩蔬蒸蛋	時令蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	蒸烤小地瓜	豆漿
1 月 17 日	週一	奶皇包	鮮奶	白飯+糙米	鼓汁排骨	白菜滷	時令蔬菜	冬瓜雞湯	時令水果	桂圓銀耳甜湯	
1 月 18 日	週二	清粥小菜		茄汁什錦義大利麵		蛤蜊蒸蛋	時令蔬菜	義式海鮮湯	時令水果	地瓜高麗菜肉粥	
1 月 19 日	週三	麻油雞丁麵線		白飯	醬爆雞柳	芹香白干絲	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	豬肉餡餅	決明子茶
1 月 20 日	週四	翡翠玉米小魚粥		白飯+胚芽米	咕咾雞丁	菇菇豆腐煲	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	奶酥吐司	鮮奶

