

日期	早點	午餐				下午點心	全穀 根莖類	豆魚肉 蛋類	蔬 菜 類	水 果 類	
		主食及配菜	湯品	蔬菜水果							
8/30	(四)	肉包、紫菜蛋花湯	什錦飯、香菇肉燥、洋蔥圈	馬鈴薯海帶結湯	有機蔬菜	時令水果	桂圓地瓜湯	√	√	√	√
8/31	(五)	蔬菜豬肉粥	雞肉義大利麵	南瓜濃湯	有機蔬菜	時令水果	地瓜麵包、豆漿	√	√	√	√
9/3	(一)	肉鬆三明治、紫米漿	白飯、高昇排骨、樹子蒸魚	瓜仔雞湯	有機蔬菜	時令水果	叻仔魚粥	√	√	√	√
9/4	(二)	白菜雲吞湯	胚芽飯、滷雞腿、炒甜豆	薑絲蛤蜊湯	有機蔬菜	時令水果	味噌拉麵	√	√	√	√
9/5	(三)	黑糖饅頭、麥茶	糙米飯、洋蔥豬肉、紅蘿蔔炒蛋	味噌豆腐湯	有機蔬菜	時令水果	紅豆豆花	√	√	√	√
9/6	(四)	清粥小菜	地瓜飯、番茄燉雞、炒三鮮菇	菜頭排骨湯	有機蔬菜	時令水果	切仔麵	√	√	√	√
9/7	(五)	鍋燒麵	香菇肉羹燴飯	紅蘿蔔玉米湯	有機蔬菜	時令水果	銅鑼燒、鮮奶	√	√	√	√
9/10	(一)	乳酪丁麵包、豆漿	燕麥飯、瓜子蒸肉、炒筍白筍	竹筍雞湯	有機蔬菜	時令水果	山藥雞肉粥	√	√	√	√
9/11	(二)	板條湯	紫米飯、紅燒雞、燴黃瓜	冬瓜蛤蜊湯	有機蔬菜	時令水果	小兔包、紅棗茶	√	√	√	√
9/12	(三)	燒賣、蛋花湯	胚芽飯、豆輪滷肉、雙色花椰菜	鮮菇湯	有機蔬菜	時令水果	雞絲蛋麵	√	√	√	√
9/13	(四)	高麗菜粥	白飯、魚蒸豆腐、番茄炒蛋	山藥排骨湯	有機蔬菜	時令水果	銀耳蓮子湯	√	√	√	√
9/14	(五)	慶生蛋糕、鮮奶	日式炒烏龍麵	海帶芽湯	有機蔬菜	時令水果	茶葉蛋、蜂蜜菊花茶	√	√	√	√
9/17	(一)	蘿蔔糕、黑豆漿	地瓜飯、海帶豆干滷肉、枸杞高麗菜	莧菜叻仔魚湯	有機蔬菜	時令水果	咖哩冬粉	√	√	√	√
9/18	(二)	蔬菜湯餃	糙米飯、磨菇雞柳、紅燒豆腐	番茄蛋花湯	有機蔬菜	時令水果	胡瓜瘦肉粥	√	√	√	√
9/19	(三)	芝麻包、決明子茶	什錦飯、三杯雞、玉米蒸蛋	大黃瓜排骨湯	有機蔬菜	時令水果	綠豆芋圓湯	√	√	√	√
9/20	(四)	廣東粥	芝麻飯、甜豆炒肉絲、螞蟻上樹	味噌鮮魚湯	有機蔬菜	時令水果	珍珠丸、蔬菜湯	√	√	√	√
9/21	(五)	香菇肉絲湯麵	油飯	四神湯	有機蔬菜	時令水果	芋泥吐司、鮮奶	√	√	√	√
9/24	(一)	9/24 中秋節放假一天。						9/24 中秋節放假一天。			
9/25	(二)	香蒜起司、優酪乳	地瓜飯、豆干肉絲、玉米雞丁	蘿蔔貢丸湯	有機蔬菜	時令水果	香菇瘦肉粥	√	√	√	√
9/26	(三)	銀絲卷、蛋花湯	胚芽飯、紅燒魚、家常豆腐	冬瓜排骨湯	有機蔬菜	時令水果	南瓜米粉湯	√	√	√	√
9/27	(四)	餛飩麵	芝麻飯、鼓汁排骨、干貝炒絲瓜	苦瓜鳳梨雞湯	有機蔬菜	時令水果	關東煮	√	√	√	√
9/28	(五)	絲瓜蛋肉粥	開陽炒板條	酸辣湯	有機蔬菜	時令水果	黃金小牛角、鮮奶	√	√	√	√

*註：以上餐點皆選擇以當季、新鮮、多樣化食材為烹煮原則，若遇特殊情形，餐點內容會隨時作調整，敬請見諒及包涵。