



| 日期 | 上午點心 | 午 餐 | | | | | 下午點心 | 每日食物類別一覽表 | | | |
|----------|--------------|---------|--------|---------|------|---------|-----------------|-----------|-----------|-----|-----|
| | | 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | | 全穀 根莖類 | 豆魚 肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 10/1(二) | 銀絲卷+薏仁漿 | 三寶燕麥飯 | 滑溜魚片 | 魚香茄子 | 水耕A菜 | 菱角排骨湯 | 雲吞丸子蔬菜冬粉、小番茄+木瓜 | V | V | V | V |
| 10/2(三) | 滑蛋雞絲麵 | 綠豆飯 | 京都排骨 | 櫻花蝦煎蛋 | 大陸妹 | 番茄肉片湯 | 檸檬水果愛玉(蘋果+火龍果) | V | V | V | V |
| 10/3(四) | 紅豆紫米薏仁湯 | 刈包、滷控肉 | | 四季豆玉米筍 | | 翡翠銀魚羹 | 金鈎蝦鮮菇粥、奇異果+葡萄 | V | V | V | V |
| 10/4(五) | 絲瓜魚片米粉 | 芝麻飯 | 香菇肉燥 | 雙色豆腐羹 | 高麗菜 | 白木耳紅棗雞湯 | 吐司PIZZA、鳳梨汁 | V | V | V | V |
| 雙 十 節 | | | | | | | | | | | |
| 10/7(一) | 冬瓜米苔目甜湯 | 燕麥飯 | 韭黃炒鮮蚵 | 鮮筍滷杏鮑菇 | 菠菜 | 冬瓜干貝湯 | 鍋貼、西洋芹蘋果汁 | V | V | V | V |
| 10/8(二) | 番茄麵疙瘩 | 黑米飯 | 芋頭燒雞 | 小黃瓜炒蛋 | 青江菜 | 海帶芽味噌湯 | 養生八寶粥、香蕉+水梨 | V | V | V | V |
| 10/9(三) | 起司饅頭+牛蒡枸杞茶 | 小米飯 | 蒜泥白肉 | 洋蔥炒豆干 | 空心菜 | 杏鮑菇雞湯 | 什錦蔬菜麵、木瓜+楊桃 | V | V | V | V |
| 10/10(四) | 雙 十 節 | | | | | | | | | | |
| 10/11(五) | 絲瓜糙米粥 | 黃金炒飯 | | 蚵白菜 | | 玉米濃湯 | 紅豆豆花、芭樂+葡萄 | V | V | V | V |
| 10/14(一) | 綠豆蒜西米露 | 芋頭飯 | 番茄燒肉 | 蘆筍炒菇菇 | 大陸妹 | 金針豆腐湯 | 雞茸冬粉、水梨+楊桃 | V | V | V | V |
| 10/15(二) | 餛飩米粉湯 | 薏仁飯 | 蒜香吻仔魚 | 綜合滷味 | 油菜 | 竹筍雞湯 | 沙威瑪、香蕉牛奶 | V | V | V | V |
| 10/16(三) | 饅頭夾肉鬆+地瓜腰果米漿 | 紅麥飯 | 五香滷雞腿 | 芹菜鮑魚菇 | 水耕A菜 | 洋芋蘿蔔湯 | 慶生蛋糕、火龍果優酪乳 | V | V | V | V |
| 10/17(四) | 蓮子薏仁湯 | 芝麻飯 | 蒜香蒸鱈魚 | 南瓜燒豆腐 | 小松菜 | 蒜頭香菇雞湯 | 煎芋頭糕、番茄蘋果汁 | V | V | V | V |
| 10/18(五) | 小餐包、黑木耳露 | 什錦炒麵條 | | 吻仔魚炒莧菜 | | 赤肉羹湯 | 魚片蛋粥、芭樂+甜柿 | V | V | V | V |
| 10/21(一) | 酸辣湯麵 | 燕麥飯 | 壽喜燒肉 | 絲瓜炒雞蛋 | 高麗菜 | 腰果燉雞湯 | 四喜甜湯、蘋果+木瓜 | V | V | V | V |
| 10/22(二) | 藜麥小米粥 | 蕎麥飯 | 香菇燒雞肉 | 山藥炒蘆筍 | 紅莧菜 | 瓠瓜排骨湯 | 蔥花煎餅、鳳梨百香果汁 | V | V | V | V |
| 10/23(三) | 干貝蔬菜粥 | 黑米飯 | 滷豬腱切片 | 塔香炒蛋 | 菠菜 | 玉米白菜蛋花湯 | 紅棗蓮藕湯、火龍果+芭樂 | V | V | V | V |
| 10/24(四) | 紅豆薏仁湯 | 胚芽米飯 | 冬瓜悶雞球 | 魚香豆腐 | 地瓜葉 | 小魚苦瓜雞湯 | 韭菜蝦米雞蛋餅、奇異果水梨汁 | V | V | V | V |
| 10/25(五) | 麻油雞丁麵線 | 塔香杏鮑菇炒飯 | | 蟹肉雙燴青花菜 | | 餛飩湯 | 黑糖布丁、甜柿+葡萄 | V | V | V | V |
| 10/28(一) | 高麗菜湯餃羹 | 糙米飯 | 烤味噌鮭魚 | 螞蟻上樹 | 蚵白菜 | 芋頭排骨湯 | 蘿蔔肉片米粉湯、小番茄+鳳梨 | V | V | V | V |
| 10/29(二) | 地瓜泥全麥吐司+優酪乳 | 芝麻飯 | 泰式打拋豬 | 金沙南瓜 | 空心菜 | 金茸三絲湯 | 紅豆地瓜湯、橘子+火龍果 | V | V | V | V |
| 10/30(三) | 鮮奶饅頭+堅果豆漿 | 五穀飯 | 韭菜炒肉絲 | 蒸蛋 | 小松菜 | 豆腐羹 | 八寶冬粉、楊桃+香蕉 | V | V | V | V |
| 10/31(四) | 莧菜小魚粥 | 蕎麥飯 | 黑木耳麻油雞 | 菇炒三絲 | 青江菜 | 薑片絲瓜湯 | 煎蘿蔔糕、百香奇異果汁 | V | V | V | V |