



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
1/1(一)	元旦										
1/2(二)	絲瓜糙米粥	小米飯	蒜泥白肉	洋蔥炒豆干	奶油白菜	杏鮑菇雞湯	什錦蔬菜麵、甜柿+葡萄	V	V	V	V
1/3(三)	芋泥包+白芝麻豆漿	黃金炒飯		蔥爆雞丁		玉米濃湯	紅豆雪蓮子、棗子+香蕉	V	V	V	V
1/4(四)	綠豆蒜西米露	紅麥飯	蕃茄燒肉	蘆筍炒菇菇	小松菜	玉米白菜蛋花湯	雞茸冬粉、柳丁+小蕃茄	V	V	V	V
1/5(五)	九層塔蛋餅+黑豆漿	薏仁飯	蒜香吻仔魚	滷花生烏蛋海帶結	菠菜	竹筍雞湯	沙威瑪、奇異果水梨汁	V	V	V	V
1/8(一)	三絲冬粉湯	芋頭飯	五香滷雞腿	芹菜鮑魚菇	高麗菜	洋芋蘿蔔湯	番茄蔬菜肉片麵線、柳丁+鳳梨	V	V	V	V
1/9(二)	饅頭夾肉鬆+地瓜腰果米漿	芝麻飯	香蒜煎鱈魚	南瓜燒豆腐	水耕A菜	芋頭排骨湯	銅鑼燒、芭樂蘋果汁	V	V	V	V
1/10(三)	酸辣湯麵	什錦炒飯條		蒜香菠菜		赤肉羹湯	慶生蛋糕、香蕉火龍果牛奶	V	V	V	V
1/11(四)	小餐包、熱鮮奶	燕麥飯	壽喜燒肉	絲瓜炒雞蛋	油菜	腰果燉雞湯	紅豆紫薏仁湯、棗子+蓮霧	V	V	V	V
1/12(五)	藜麥小米粥	蕎麥飯	香菇燒雞肉	山藥炒蘆筍	青江菜	瓠瓜排骨湯	蔥花煎餅、鳳梨汁	V	V	V	V
1/15(一)	干貝蔬菜粥	黑米飯	滷豬腱切片	醬煮馬鈴薯	水耕A菜	南瓜番茄海帶湯	紅棗蓮藕湯、木瓜+葡萄	V	V	V	V
1/16(二)	紅豆薏仁湯	胚芽米飯	冬瓜悶雞球	螞蟻上樹	龍鬚菜	小魚苦瓜雞湯	韭菜蝦米雞蛋餅、番茄蘋果汁	V	V	V	V
1/17(三)	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、極柑+小蕃茄	V	V	V	V
1/18(四)	地瓜泥全麥吐司+紫米奶	糙米飯	烤味噌鮭魚	魚香豆腐	高麗菜	蒜頭香菇雞湯	蘿蔔肉片米粉湯、芭樂+水梨	V	V	V	V
1/19(五)	高麗菜湯餃羹	芝麻飯	泰式打拋豬	金沙南瓜	大陸妹	金茸三絲湯	紅豆地瓜湯、香蕉+蓮霧	V	V	V	V
1/22(一)	菠菜小魚粥	五穀飯	韭菜炒肉絲	蒸蛋	蚵白菜	豆腐羹	八寶冬粉、甜柿+火龍果	V	V	V	V
1/23(二)	鮮奶饅頭+堅果豆漿	蕎麥飯	黑木耳麻油雞	菇炒三絲	菠菜	薑片絲瓜湯	水果(蘋果)鮮奶玉米脆片	V	V	V	V
1/24(三)	黑糖桂圓小米粥	鮭魚炒飯		起司焗烤花椰菜		山藥栗子雞湯	古早味米苔目湯、極柑+芭樂	V	V	V	V
1/25(四)	停托日(1/25-1/31)										
1/26(五)											
1/29(一)	停托日(1/25-1/31)										
1/30(二)											
1/31(三)											