

第 18 週	6/1(一)	6/2(二)	6/3(三)	6/4(四)	6/5(五)
早 餐 08:00-08:40	鮮奶饅頭 豆漿	麻油雞蛋麵線	玉米脆片牛奶	雙色吐司 米漿	浮水魚羹
午 餐 11:00-11:40	南瓜雞肉粥	糙米、咖哩肉 燥、雞米花、 炒高麗菜	白飯、蘿蔔燒 肉、西芹甜不 辣、炒油菜	薏仁飯、蠔油 雞丁、三色 蛋、炒小白菜	台南米糕
		紫菜蛋花湯	榨菜肉絲湯	番茄青菜豆腐湯	貢丸湯
食 材	南瓜、雞肉、高麗菜、 紅蘿蔔、木耳	絞肉、馬鈴薯、紅蘿 蔔、洋蔥、高麗菜	白蘿蔔、豬肉西洋 芹、油菜、甜不辣、 榨菜	雞肉、鴨蛋、皮蛋、 雞蛋、小白菜、豆腐	絞肉、肉鬆、貢丸、 小黃瓜
水 果	芭樂	蘋果	芭樂	芭樂	鳳梨
點 心 14:10-15:00	雞蛋布丁	波蘿麵包 決明子茶	檸檬愛玉	地瓜紅豆湯	椰果山粉圓
晚 餐 17:00-17:40	紅燒蔬菜豆腐 燴飯、五彩蔬 菜湯	夏威夷炒飯、 魚丸湯	糙米飯、梅干 扣肉、毛豆炒 豆干、炒青江 菜、枸杞菇菇 湯	水餃 酸辣湯	鍋燒意麵
食 材	絞肉、豆腐、高麗菜、 木耳、紅蘿蔔、金針	豬肉、鳳梨、蛋、魚 丸、紅蘿蔔、青豆仁、 玉米	豬絞肉、梅干、毛豆、 豆干、青江菜、金針 菇、香菇枸杞	水餃、木耳、紅蘿蔔、 筍絲、豆腐	高麗菜、豬肉、紅蘿 蔔、小白菜

第 19 週	6/8(一)	6/9(二)	6/10(三)	6/11(四)	6/12(五)
早 餐 8:00-8:40	葡萄筒 豆漿	銀絲卷 牛奶	小米粥	鍋燒雞絲麵	草莓饅頭 米漿
午 餐 11:00-11:40	紅燒蔬菜麵	糙米飯、香酥 柳葉魚、番茄 炒蛋、炒豆芽	白飯、筍干肉 燥、大黃瓜燴 丸子、炒青江	白飯、客家小 炒、塔香肉 片、炒長豆	豆腐咖哩飯
		冬瓜蛤蜊湯	絲瓜枸杞湯	蘿蔔排骨湯	金針排骨湯
食 材	高麗菜、香菇、秀珍 菇、金針、肉片、關 廟麵	柳葉魚、蕃茄、蛋、 豆芽、韭菜、蛤蜊	筍干、肉燥、大黃瓜、 貢丸、青江菜、絲瓜、 枸杞	豆干、木耳、芹菜、 紅蘿蔔、豬肉、白蘿 蔔	百頁、馬鈴薯、紅蘿 蔔、洋蔥、
水 果	鳳梨	芭樂	木瓜	西瓜	紅心芭樂
點 心 14:10-15:00	沙琪瑪 冬瓜茶	關東煮	粉角綠豆湯	可頌麵包 蜜茶	烤地瓜 麥茶
晚 餐 17:00-17:40	豬肉燴飯 黃瓜丸子	香菇肉羹飯	薏仁飯、炸豬 排、紅燒豆 腐、炒高麗 菜、蛋花湯	鮭魚玉米粥	餛飩麵
食 材	豬肉、洋蔥、油菜、 紅蘿蔔、大黃瓜、丸 子	香菇、肉羹、大白菜、 金針、山藥、排骨	豆腐、薏仁、豬肉、 蛋、紅蘿蔔、青豆仁、	鮭魚、玉米、海芽、 高麗菜、紅蘿蔔	豬肉、高麗菜、小白 菜、關廟麵

第 20 週	6/15(一)	6/16(二)	6/17(三)	6/18(四)	6/19(五)	6/20(六)
早 餐 8:00-8:40	葡萄吐司 豆漿	芋頭包 米漿	白菜雲吞湯	芝麻包 牛奶	蔥花麵包 五穀奶	翡翠菇菇湯
午 餐 11:00-11:40	什錦雞丁粥	糙米飯、肉 燥車輪、紅 蘿蔔炒蛋、 炒黃瓜	白飯、塔香 雞丁、日式 蒸蛋、炒高 麗菜	白飯、馬鈴 薯燉肉、涼 拌豆干絲、 炒油菜	什錦炒麵	土魷魚羹飯
		青菜豆腐湯	魚丸油條湯	蘿蔔排骨湯	蔬菜番茄湯	
食 材	雞肉、高麗菜、 玉米、紅蘿蔔	糙米、絞肉、車 輪、蛋、紅蘿蔔、 小白菜、豆腐、 小黃瓜、玉米筍	雞蛋、雞腿、九 層塔、玉米、高 麗菜、油條	絞肉、馬鈴薯、 豆干、海帶、白 蘿蔔、紅蘿蔔、 排骨、油菜	肉絲、高麗菜、 紅蘿蔔、木耳、 蕃茄、豆芽菜、 韭菜	魚條、筍絲、紅 蘿蔔大白菜、木 耳
水 果	芭樂	西瓜	鳳梨	蘋果	芭樂	香蕉
點 心 14:10-15:00	脆皮雞蛋糕 決明子茶	玉米濃湯	肉包 黑豆水	芋頭西米露	鍋貼 麥茶	仙草甜湯
晚 餐 17:00-17:40	鮮蔬燴飯	什錦炒飯 金針排骨湯	白飯、炸雞 排、紅燒豆 腐、炒青江 菜、紫菜蛋 花湯	肉鬆廣東粥	香菇油飯 味增湯	古早味粿仔 湯
食 材	香菇、豆包、紅 蘿蔔、毛豆、肉 絲、雞蛋	豬肉、高麗菜、 洋蔥、雞蛋、金 針、排骨、玉米	雞肉、豆腐、絞 肉、紅蘿蔔、玉 米、青豆仁、紫 菜、雞蛋	肉鬆、絞肉、玉 米、海芽、高麗 菜	豬肉絲、香菇、 魷魚、豆腐、海 芽	絞肉、豆芽菜、 韭菜、紅蘿蔔、 木耳

第 21 週	6/22(一)	6/23(二)	6/24(三)	6/25(四)	6/26(五)
早 餐 8:00-8:40	小餐包 豆漿	綜合饅頭 米漿	肉鬆地瓜粥	端午節連假	
午 餐 11:00-11:40	毛豆炒飯	糙米飯、瓜仔肉 燥、玉米炒蛋、炒 油菜	粽子		
	貢丸湯	海帶芽蛋花湯	田園蔬菜湯		
食 材	豬肉、蛋、玉米、毛豆、洋 蔥、貢丸	糙米、肉燥、醃瓜、玉米、 雞蛋、海帶芽	糯米、香菇、豬肉、花生、 高麗菜、紅蘿蔔		
水 果	西瓜	芭樂	木瓜		
點 心 14:10-15:00	棒棒腿 蜜茶	奶酥麵包 檸檬水	鳳梨酥 麥茶		
晚 餐 17:00-17:40	蔬菜豬肉燴飯 黃瓜丸子湯	小米飯、糖醋甜不 辣、玉米絞肉、炒 小白菜、芹菜魚丸 湯	什錦湯拌飯		
食 材	香菇、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋 蔥、玉米、南瓜	小米、甜不辣、鳳梨、玉米、 絞肉、小白菜、芹菜、魚丸	豬肉片、高麗菜、金針菇、 袖珍菇、魚板		