



週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第一週	8/3~8/7	點心 午餐 午點	雞蛋饅頭+鮮奶 香椿肉燥拌拌麵 季節時蔬 海芽蛋花湯 四季水果 	香菇肉絲粥 (高纖麥片飯) 泰式檸檬魚 麻婆大瓜 季節時蔬 嫩燻肉片湯 四季水果	肉絲鮮湯麵 (松子糙米飯) 炒花枝羹 紅燒油腐 季節時蔬 田園蛋花湯 四季水果	元寶湯 (紅藜飯) 蘑菇雞丁 翡翠蒸蛋 季節時蔬 青木瓜排骨湯 四季水果	南投意麵 (營養糙米飯) 薑汁燒肉 金沙絲瓜 季節時蔬 金黃玉米湯 四季水果	
			椰香西米露	茶葉蛋+冬瓜露	清蛋糕+大麥飲	蔬菜鹹粥	營養吐司+優酪乳	
第二週	8/10~8/14	點心 午餐 午點	饅頭+鮮奶 (營養糙米飯) 昆布滷花生 芹香豆皮 季節時蔬 蔥香蛋花湯 四季水果	越南河粉湯 (小蕙仁飯) 糖醋魚 玉米炒蛋 季節時蔬 豆薯肉絲湯 四季水果	咖哩湯麵 紅藜肉絲炒飯 麵輪滷鵝蛋 丁香蔬菜湯 四季水果 	滑蛋瘦肉粥 (營養糙米飯) 花瓜雞腿丁 螞蟻上樹 季節時蔬 蘿蔔大骨湯 四季水果	魚片米粉湯 (養生紫米飯) 竹筍焗肉 柴魚拌豆腐 季節時蔬 蚵仔湯 四季水果	
			芋頭鹹粥	珍珠丸子+紅棗飲	黑糖糕+決明子飲	仙草蜜	麵包+優酪乳	
第三週	8/17~8/21	點心 午餐 午點	包子+鮮奶 菩提素炒麵 芝麻蜜汁麵腸 山藥蛋花湯 四季水果 	玉米濃湯 (營養糙米飯) 紅燒魚片 茶碗蒸 季節時蔬 蒲瓜大骨湯 四季水果	鹹蛋糕+養生飲 (健康小米飯) 瓜仔肉 雲耳燴竹筍 季節時蔬 菇菇排骨湯 四季水果	鯛魚粥 (燕麥飯) 豆豉雞 什錦炒肉羹 季節時蔬 日式味噌湯 四季水果	雞絲麵 (營養糙米飯) 蔥爆肉絲 蕃茄毛豆燴百頁 季節時蔬 鮮味絲瓜湯 四季水果	
			傳統豆花	豬肉餡餅+小米粥	油腐細粉	穀類脆片+鮮奶	全麥吐司+麥香冬瓜飲	
第四週	8/24~8/28	點心 午餐 午點	餛飩湯 (高纖麥片飯) 香椿杏鮑菇 紅蘿蔔炒蛋 季節蔬菜 牛蒡腰果湯 四季水果	肉燥米粉湯 (營養糙米飯) 椒鹽魚片 豆仔肉末 季節時蔬 冬瓜大骨湯 四季水果	蔥酥蘿蔔糕湯 咖哩洋芋雞肉飯 季節時蔬 紫菜蛋花湯 四季水果 	麵線糊 (養生紫米飯) 炒三鮮 家常豆腐 季節時蔬 冬菜肉片湯 四季水果	吻魚粥 (香Q白米飯) 香煎豬排 黃瓜燴雞片 季節時蔬 薏仁排骨湯 四季水果	
			銀絲捲+鮮奶	皮蛋瘦肉粥	水煎包+大麥飲	山粉圓愛玉甜湯	麵包+鮮奶	
第五週	8月31日	點心 午餐 午點	陽春麵 (營養糙米飯) 香菇蘿蔔滷 松子羅勒煎蛋 季節時蔬 蕃茄黃豆芽湯 四季水果					
			饅頭+鮮奶					

