

供餐日期	出餐類型	菜色名稱	食材名稱
2023/11/22	早點	時令水果	芭樂
			椪柑
	午餐	五穀飯	五穀米
			洋蔥豬柳
		洋蔥	
		胡蘿蔔	
		綠豆芽	
		哨子豆腐	傳統豆腐
			豬絞肉
			木耳
			青蔥
			豆瓣醬
	時令蔬菜	油菜	
	午餐	雙色蘿蔔排骨湯	貢丸
			芹菜
			白蘿蔔
	早點	水餃	高麗菜水餃
肉絲			
木耳			
金針菇			

2023/11/23	十和	酸辣湯	胡蘿蔔
			傳統豆腐
			雞蛋
			芫荽
	午餐	麥片飯	白米
			麥片
		清蒸鱸魚	日本花鱸
			老薑
		咖哩洋芋	馬鈴薯
			豬絞肉
			胡蘿蔔
			洋蔥
		時令蔬菜	結球白菜
		南瓜濃湯	南瓜
	中筋麵粉		
	午點	時令水果	小玉西瓜
		鮮奶	全脂鮮乳
	早點	雞絲蛋麵	雞絲麵
			甘藍
雞蛋			
肉絲			
		冷凍玉米粒	
		培根	

2023/11/24	午餐	火腿蛋炒飯	切片火腿(豬肉)
			青蔥
			冷凍毛豆仁
		紅燒雞丁	雞胸肉
			清腿
			白蘿蔔
			胡蘿蔔
		時令蔬菜	本島萵苣
		時令水果	百香果
		紫菜蛋花湯	紫菜
	雞蛋		
	午點	醬燒小肉包	醬燒大肉包
		蘋果汁	蘋果汁
	早點	時令水果	甜橙
紅龍果(白肉)			
午餐	薏仁飯	白米	
		大麥仁	
	彩椒雞丁	清腿	
		雞胸肉	
		甜椒(紅皮)	
		甜椒(黃皮)	
甜椒(青皮)			

2023/11/27		四季豆炒肉末	豬絞肉
			冷凍菜豆(莢)
		時令蔬菜	青江菜
		三絲湯	黃豆芽
			榨菜
			肉絲
	午點	焗烤通心粉	通心麵
			洋蔥
			牛番茄
			豬絞肉
			馬鈴薯
			洋菇罐頭
			刨絲乾酪
			無鹽奶油
2023/11/28	早點	迷你銀絲卷	冷凍銀絲卷(奶黃)
		鮮奶	全脂鮮乳
	午餐	紫米飯	白米
			紫米
		粉蒸肉	豬後腿肉
			蒸肉粉
		西芹炒黑輪	黑輪
			西洋芹菜

		有機蔬菜	有機油菜
		香菇雞湯	白蘿蔔
			雞胸肉
			香菇
午點	時令水果	水梨	
		甜瓜(網紋洋香瓜)	
2023/11/29	早點	時令水果	芭樂
			甜橙
	午餐	地瓜飯	紅肉甘薯
			白米
		三杯雞	雞胸肉
			清腿
			小三角油豆腐
			九層塔
			老薑
			大蒜
		燴黃瓜	胡瓜
			木耳
			玉米筍
		時令蔬菜	甘藍
		結菜大骨湯	球莖甘藍
			豬骨
		山藥	

2023/11/30	午點	山藥雞湯	清腿
			雞胸肉
	早點	皮蛋瘦肉粥	鴨皮蛋
			豬絞肉
			油條
			冷凍玉米粒
	午餐	糙米飯	白米
			糙米
		蘿蔔燒肉	豬後腿肉
			胡蘿蔔
			白蘿蔔
			青蔥
		培根炒蛋	雞蛋
			培根
		時令蔬菜	綠豆芽
			韭菜
		薑絲海芽湯	海帶芽
			嫩薑
	午點	時令水果	蘋果
		豆漿	豆漿