

供餐日期	出餐類型	菜色名稱	食材名稱
2024/01/02	早點	鮮肉包	冷凍豬肉包子
		鮮奶	全脂鮮乳
	午餐	地瓜飯	白米
			黃肉甘薯
		茄汁魚丁	旗魚
			洋蔥
			甜椒(青皮)
			甜椒(紅皮)
			甜椒(黃皮)
		肉片花椰	冷凍花椰菜
			冷凍花椰菜
			豬前腿肉
		有機蔬菜	有機蔬菜
		香菇雞湯	雞胸肉
	白蘿蔔		
	香菇		
	午點	時令水果	芭樂
蘋果			
	早點	時令水果	聖女小番茄
			紅龍果(紅肉)
		糙米飯	白米
			糙米

2024/01/03	午餐	白醬燉肉	豬前腿肉
			馬鈴薯
			胡蘿蔔
			奶油濃湯塊
		銀芽肉絲	綠豆芽
			肉絲
			韭菜
	時令蔬菜	青江菜	
	海芽蛋花湯	雞蛋	
	午點	麵線糊	紅麵線
			胡蘿蔔
			金針菇
			木耳
			芫荽
大蒜			
肉羹			
早點	清粥小菜	白米	
		冷凍玉米粒	
		雞蛋	
		豬肉酥	
		青蔥	
	紅藜飯	白米	
		紅藜麥	

2024/01/04	午餐	咖哩雞	雞胸肉
			清腿
			馬鈴薯
			胡蘿蔔
			洋蔥
		三杯油腐	小三角油豆腐
			杏鮑菇
			九層塔
			老薑
			大蒜
	時令蔬菜	油菜	
	芹香丸片湯	貢丸	
		芹菜	
午點	時令水果	甜橙	
		香蕉	
早點	番茄肉醬蝴蝶麵	義大利麵	
		豬絞肉	
		牛番茄	
		洋蔥	
		冷凍玉米粒	
		三色豆	
	雞蛋		
	肉絲		

2024/01/05	午餐	蛋炒飯	切片火腿(豬肉)
			洋蔥
			冷凍毛豆仁
			冷凍玉米粒
		拉油里肌	豬前腿肉
		時令蔬菜	甘藍
		冬瓜龍骨湯	冬瓜
			豬骨
	時令水果	椪柑	
	午點	紫薯小菠蘿	菠蘿麵包
豆漿		豆漿	
2024/01/08	早點	時令水果	蘋果
			甜橙
	午餐	麥片飯	白米
			麥片
		紅燒雞丁	雞胸肉
			清腿
			白蘿蔔
			胡蘿蔔
		肉燥蒸蛋	豬絞肉
			雞蛋
			青蔥
	時令蔬菜	雪裡蕪	

		玉米豆腐湯	冷凍玉米粒	
			傳統豆腐	
		午點	焗烤通心粉	通心麵
				洋蔥
				牛番茄
				豬絞肉
				馬鈴薯
				三色豆
				刨絲乾酪
				無鹽奶油
2024/01/09	早點	生日蛋糕	蛋糕	
	午餐	紫米飯	白米	
			紫米	
		泰式酸辣魚丁	旗魚	
			牛番茄	
			洋蔥	
			芫荽	
			泰式甜辣醬	
		綜合滷味	滷蛋	
			貢丸	
天婦羅				
小三角油豆腐				
		有機蔬菜	有機油菜	

		黃芽肉絲湯	黃豆芽	
			金針菇	
			肉絲	
	午點	時令水果	芭樂	
			香蕉	
	2024/01/10	早點	時令水果	水梨
聖女小番茄				
午餐		披薩	披薩	
			玉米濃湯	
		冷凍玉米粒		
		馬鈴薯		
		切片火腿(豬肉)		
午點		蘿蔔糕湯	雞蛋	
			冷藏廣式蘿蔔糕	
			胡蘿蔔	
			肉絲	
			香菇	
	早點	燒賣	燒賣	
			青菜豆腐湯	
			小米飯	小白菜
	白米			
				糯米
				豬前腿肉

2024/01/11	午餐	腰果豬柳	洋蔥
			胡蘿蔔
			綠豆芽
			原味腰果
		香菇黃瓜	胡瓜
			香菇
		時令蔬菜	青江菜
		味噌大根湯	白蘿蔔
			日式炸豆皮
			味噌
午點	時令水果	椪柑	
		紅龍果(白肉)	
2024/01/12	早點	白饅頭夾蛋	白饅頭
			雞蛋
			青蔥
		培根茄汁義大利麵	義大利麵
			冷凍玉米粒
			豬絞肉
			培根
			三色豆
			洋蔥
			牛番茄
	雞胸肉		

2024/01/12

午餐

三色雞丁

清腿

冷凍玉米粒

冷凍毛豆仁

冷凍胡蘿蔔

時令蔬菜

小白菜

南瓜濃湯

南瓜

豬絞肉

中筋麵粉

時令水果

蜜棗(圓形)

午點

麥茶

麥茶包

乳酪丁小餐包

麵包

早點

時令水果

蘋果

時令水果

芭樂

薏仁飯

白米

薏仁

蘆筍炒肉絲

肉絲

綠蘆筍(細短型)

午餐

越南寬粉

寬粉

豬絞肉

綠豆芽

花生

九層塔

檸檬

2024/01/15



		時令蔬菜	雪裡蕪
		白菜蛋花湯	結球白菜
			雞蛋
	午點	什錦豆腐羹	傳統豆腐
			木耳
			胡蘿蔔
			甘藍
金針菇			
肉絲			
2024/01/16	早點	鮮菇餛飩湯	香菇
			蚵仔白菜
			冷凍豬肉餛飩
	午餐	糙米飯	糙米
		鹹酥旗魚丁	旗魚
		魚香烘蛋	雞蛋
			豬絞肉
			青蔥
		有機蔬菜	有機蔬菜
		番茄豆腐湯	傳統豆腐
	牛番茄		
	雞蛋		
	午點	時令水果	紅龍果(白肉)
			香蕉

2024/01/17	早點	時令水果	椪柑
			水梨
	午餐	燕麥飯	白米
			燕麥
		醬燒肉片	豬前腿肉
			洋蔥
			豆干
		小瓜甜不辣	天婦羅
			花胡瓜
		時令蔬菜	甘藍
		薑絲海芽湯	豬骨
			乾裙帶菜
	午點	玉米濃湯	冷凍玉米粒
			馬鈴薯
			切片火腿(豬肉)
			雞蛋
			中筋麵粉
		麵包丁	麵包
	早點	鮮蔬烏龍湯麵	烏龍麵
			肉絲
香菇			
胡蘿蔔			
甘藍			

2024/01/18	午餐	黃豆飯	黃豆
			白米
		洋蔥燒雞	雞胸肉
			清腿
			馬鈴薯
			洋蔥
		韭菜炒蛋	雞蛋
			韭菜
		時令蔬菜	綠豆芽
			胡蘿蔔
		羅宋湯	胡蘿蔔
			牛番茄
			西洋芹菜
	肉絲		
	甘藍		
	午點	時令水果	聖女小番茄
			甜橙
早點	玉米鮭魚粥	鮭魚三明治罐頭	
		冷凍玉米粒	
		芹菜	
		胡蘿蔔	
		水餃	高麗菜水餃
醋溜雞柳		雞胸肉	

2024/01/19	午餐	圍爐火鍋湯	火鍋料組
			貢丸
			金針菇
			胡蘿蔔
			傳統豆腐
		時令蔬菜	甘藍
		時令水果	百香果
	午點	鮮奶	全脂鮮乳
		丹麥葡萄捲	麵包