

供餐日期	出餐類型	菜色名稱	食材名稱
2023/10/23	早點	時令水果	水梨
			甜橙
	午餐	香鬆飯	白米
			香鬆
		粉蒸肉	豬後腿肉
			蒸肉粉
		三色玉米	冷凍玉米粒
			豬絞肉
			三色豆
		時令蔬菜	甘藍
		山藥大骨湯	山藥
			豬骨
	午點	香菇雞湯	香菇
			清腿
			白蘿蔔
			雞胸肉
	早點	麻油肉絲白麵線	肉絲
麵線			
甘藍			

2023/10/24	午餐		老薑
		燕麥飯	燕麥
		清蒸鱸魚	日本花鱸
			嫩薑
			大蒜
			傳統豆腐
		肉片蒲瓜	蒲瓜
			肉絲
		有機蔬菜	有機油菜
		番茄豆腐湯	傳統豆腐
	牛番茄		
	雞蛋		
	午點	時令水果	蘋果
			香蕉
	早點	時令水果	芭樂
紅龍果(紅肉)			
蕎麥飯		蕎麥	
		豬小里肌	洋蔥
			胡蘿蔔
	鴨里雞柳		

2023/10/25	午餐	飯不扣	綠豆芽
			原味腰果
			魚板
		柴魚蒸蛋	雞蛋
			青蔥
		時令蔬菜	白莧菜
		海結龍骨湯	海帶結
	豬骨		
	午點	芋頭西米露	冷凍芋頭塊
			西谷米
芋圓			
早點	蘿蔔糕	冷藏廣式蘿蔔糕	
	紫菜豆腐湯	傳統豆腐	
2023/10/26	午餐	麥片飯	白米
			麥片
		三杯雞	雞胸肉
			清腿
			小三角油豆腐
			九層塔
			老薑

2023/10/20	午餐		大蒜
		黃瓜甜不辣	天婦羅
			花胡瓜
		時令蔬菜	蕹菜
		南瓜濃湯	南瓜
			中筋麵粉
			豬絞肉
	午點	燕麥奶	燕麥奶
		時令水果	蜜世界洋香瓜
2023/10/27	早點	滑蛋雞蓉粥	雞絞肉
			芹菜
			雞蛋
			冷凍玉米粒
	午餐	番茄紅燒素麵	油麵條
			油麵條
			白蘿蔔
			豆輪
			甘藍
			胡蘿蔔
			牛番茄

		滷蛋干丁	滷蛋
			豆干
		時令蔬菜	油菜
		絲瓜蛋花湯	絲瓜
			雞蛋
		時令水果	椪柑
		午點	玉米脆片
鮮奶	全脂鮮乳		
2023/10/30	早點	時令水果	芭樂
			水梨
	午餐	薏仁飯	大麥仁
		香菇肉燥	香菇
			豬絞肉
		燴黃瓜	胡瓜
			胡蘿蔔
		時令蔬菜	蕪菜
		結菜大骨湯	球莖甘藍
	結菜大骨湯	豬骨	
	午點	山藥雞湯	山藥
			清腿

			雞胸肉
2023/10/31	早點	小魚苜菜粥	吻仔魚
			白苜菜
	午餐	麥片飯	白米
			洋蔥豬柳
		玉米炒蛋	洋蔥
			冷凍玉米粒
			雞蛋
			青蔥
		有機蔬菜	有機油菜
		酸辣湯	傳統豆腐
			胡蘿蔔
			肉絲
			雞蛋
			金針菇
			木耳
	午點	時令水果	芫荽
			香蕉
小玉西瓜			