



週次	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	11月1日	11月2日	11月3日	11月4日	11月5日
	古早味炒麵 古都滷蛋 蠔油滷豆腐 海苔烤地瓜 健康時蔬 紅燒蘿蔔湯	糙米飯 壽喜燒肉片 柴香高麗 田園四喜 美味青菜 海芽味噌湯	白飯 養生雞 蜜汁豆干 什錦銀芽 營養青菜 大瓜鴨肉湯	五穀飯 香酥魚 彩蔬鮮捲 芹香三絲 田園時蔬 紅豆湯	燕麥飯 三杯雞 和風關東煮 番茄炒蛋 有機青菜 沙茶什錦湯
第二週	11月8日	11月9日	11月10日	11月11日	11月12日
	三杯鮮菇炒飯 海苔蒸蛋 鐵板腐燒 黑白饅頭 健康青菜 冬瓜湯	大麥仁飯 鹽酥雞 培根高麗 總匯鮮瓜 快炒青菜 玉米濃湯	白飯 左宗燉肉 香滷雙結 蛋酥白菜 健康青菜 結頭排骨湯	糙米飯 燒烤雞翅 紅燒獅子頭 玉米炒蛋 營養青菜 榨菜肉絲湯	多穀飯 彩椒溜雞丁 筍香什錦 魚香豆腐 有機青菜 海芽蛋花湯
第三週	11月15日	11月16日	11月17日	11月18日	11月19日
	蘑菇鐵板麵 五香滷蛋 馬拉糕 沙茶百頁 蒜香青菜 番茄蛋花湯	糙米飯 京醬肉片 塔香海根 玉米肉末 營養時蔬 茶壺湯	白飯 香菇燉雞 大滷桶 彩繪花椰 健康青菜 鮮筍排骨湯	五穀飯 轟炸雞排 佛跳牆 客家小炒 快炒青菜 芋頭西米露	大麥仁飯 梅干燒肉 鮮瓜四寶 蒜蓉燒蛋 有機青菜 和風海芽湯
第四週	11月22日	11月23日	11月24日	11月25日	11月26日
	大阪燒炒飯 塔香黑干 歐姆炒蛋 黑糖銀絲卷 田園青菜 金瓜濃湯	大麥仁飯 蒜泥白肉 和風花枝燒 蝦米胡瓜 健康時蔬 日式豆腐湯	白飯 麻油雞 鮮蔬熱炒 芹香素雞 可口青菜 養生湯	糙米飯 椒鹽豬柳 結頭什錦煲 豚香海茸 快炒青菜 香菇雞湯	五穀飯 烘烤雞翅 冬瓜燒 豆薯炒蛋 有機青菜 木耳金菇湯
第五週	11月29日	11月30日	12月1日	12月2日	12月3日
	蒜香炒麵 和風燒蛋 芹香干片 香蒜金磚 田園青菜 結頭菜湯	糙米飯 清燉瓜仔雞 肉片高麗 麻婆豆腐 健康時蔬 綠豆脆圓湯	 <p>預防食物中毒「五要原則」</p> <ul style="list-style-type: none"> 要洗手 要新鮮 要生熟食分開 要徹底加熱 要低溫保存 		



※※所有豬肉均使用臺灣豬肉※※

—
—
—