



2021/9/1 (三)	2021/9/2 (四)	2021/9/3 (五)
糙米飯 鮮菇花菜 非 蒜蓉嫩豆腐 玉米燴蛋	燕麥飯 鐵板豬柳 五香滷味 在 蝦皮蒲瓜	培根炒飯 麻油雞 鮮筍炒肉絲 茶葉蛋

青江菜 在 南瓜濃湯	高麗菜 小魚昆布湯	有 小松菜 酸菜白肉湯
數量 624 醃類 89 蛋白質 27 脂肪 20	數量 606 醃類 85 蛋白質 25 脂肪 19	數量 611 醃類 85 蛋白質 24 脂肪 20

2021/9/6 (一)	2021/9/7 (二)	2021/9/8 (三)	2021/9/9 (四)	2021/9/10 (五)
玉米雞肉炒飯 烤雞排 夯地瓜 非 海結滷豆干	薏仁飯 岩燒里肌 非 麻婆豆腐 柴魚關東煮	白飯 三杯杏鮑菇燴麵腸 白菜滷 洋蔥炒蛋	地瓜飯 紅燒豬肉 五香滷蛋 在 絲瓜麵線	紫米飯 椒麻雞丁 和風咖哩 豆皮高麗菜

在 高麗菜 冬瓜鮮菇湯	有 荷葉白菜 當歸鴨肉湯	青江菜 仙草蜜	非 小松菜 酸辣濃湯	空心菜 麻香蛋花湯
數量 658 醃類 97 蛋白質 26 脂肪 19	數量 603 醃類 79 蛋白質 24 脂肪 21	數量 609 醃類 83 蛋白質 25 脂肪 20	數量 621 醃類 87 蛋白質 24 脂肪 21	數量 592 醃類 86 蛋白質 23 脂肪 18

2021/9/13 (一)	2021/9/14 (二)	2021/9/15 (三)	2021/9/16 (四)	2021/9/17 (五)
大麥仁飯 *鮮魚排 鮮菇花菜 非 干片拌洋芋	火腿炒飯 壽喜燒肉 鮮蔬翅腿 台式肉圓	白飯 紅蔘炒蛋 在 什錦黃瓜 非 時蔬百頁	燕麥飯 藥膳鴨 古早味白菜滷 紅燒獅子頭	胚芽飯 芝麻雞翅 義式肉醬 蠔油海帶根

高麗菜 日式味噌湯	有 黑葉白菜 蘿蔔丸子湯	莧菜 玉米湯	在 油菜 養生四神湯	青江菜 馬鈴薯排骨湯
數量 10 醃類 97 蛋白質 26 脂肪 19	數量 736 醃類 93 蛋白質 33 脂肪 26	數量 733 醃類 48 蛋白質 16 脂肪 37	數量 657 醃類 84 蛋白質 28 脂肪 23	數量 667 醃類 87 蛋白質 25 脂肪 24

2021/9/11 補課 (六)	2021/9/21 (二)	2021/9/22 (三)	2021/9/23 (四)	2021/9/24 (五)
白飯 醋溜蜜排骨 鮮瓜甜不辣 紅油筍茸	中秋節	家常炒麵 烤饅頭 鮪魚炒蛋 非 芹香豆干	小米飯 香菇雞丁 泰式咖哩 在 鮮菇三鮮	糙米飯 招牌咕咾肉 非 魚香豆腐 日式關東煮

豆芽菜 肉骨茶湯	有 青松菜 韭菜豬血湯	鵝白菜 芋頭西米露	青江菜 鮮菇海芽湯
數量 0 醃類 0 蛋白質 0 脂肪 0	數量 599 醃類 89 蛋白質 21 脂肪 18	數量 785 醃類 103 蛋白質 28 脂肪 29	數量 670 醃類 87 蛋白質 27 脂肪 24

2021/9/27 (一)	2021/9/28 (二)	2021/9/29 (三)	2021/9/30 (四)	2021/10/1 (五)
紫米飯 *無骨香雞排 洋蔥炒蛋 時蔬炒豆包絲	五穀飯 磨菇豬排 鮮蔬赤肉羹 油蔥肉燥	白飯 三色滷蛋 在 田園南瓜煲 非 冬瓜燒	義大利麵 烤雞腿 在 木耳炒三絲 醬燒包	胚芽飯 糖醋魚丁 芋香四色 大阪燒燴蛋

高麗菜 當歸麵線湯	有 荷葉白菜 東北酸白菜湯	青江菜 鮮菇湯	空心菜 磨菇濃湯	小松菜 金針排骨湯
數量 646 醃類 86 蛋白質 27 脂肪 22	數量 602 醃類 81 蛋白質 24 脂肪 20	數量 630 醃類 92 蛋白質 26 脂肪 19	數量 600 醃類 78 蛋白質 26 脂肪 20	數量 650 醃類 88 蛋白質 26 脂肪 22