

日期	早點	午餐				下午 點心	餐點類別檢核						
		主食	主菜	副菜一	副菜二		水果		全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜 類	水果 類	
1(四)		元旦放假一天											
2(五)	豆漿+小奶皇包	紫米飯	炸肉排	青江菜	紅燒麵筋	紫菜湯	時令水果	皮蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓	
5(一)	牛奶+玉米脆片	胚芽米飯	炸鯛魚	高麗菜	香菇魯豆包	山藥排骨湯	時令水果	肉燥冬粉	✓	✓	✓	✓	
6(二)	豆漿+小鮮肉包	藜麥飯	京醬肉絲	青江菜	薑絲麵腸	玉米濃湯	時令水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓	
7(三)	牛奶+法式吐司	胚芽米飯	滷肉	A 菜	韭菜炒蛋	鮮魚湯	時令水果	大骨米粉	✓	✓	✓	✓	
8(四)	米漿+地瓜餅	糙米飯	糖醋雞丁	白花椰菜	五香豆干	味增小魚湯	時令水果	冬瓜愛玉	✓	✓	✓	✓	
09(五)	豆漿+玉米蛋餅	紫米飯	炸雞塊	小白菜	魯高麗菜	蔬菜大骨湯	時令水果	蔬菜粥	✓	✓	✓	✓	
12(一)	牛奶+鬆餅	糙米飯	美味滷肉	青花菜	涼拌油豆腐	菇菇蛋花湯	時令水果	鍋燒麵	✓	✓	✓	✓	
13(二)	豆漿+小黑饅頭	藜麥飯	香香煎腸	胡瓜	白菜滷	金針排骨湯	時令水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓	
14(三)	牛奶+土司夾蛋	紫米飯	炸豆乳雞	A 菜	燴絲瓜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	湯餃	✓	✓	✓	✓	
15(四)	米漿+紅蘿蔔蛋餅	胚芽米飯	紅燒鯛魚	高麗菜	日式蒸蛋	大黃瓜貢丸湯	時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓	
16(五)	豆漿+小鮮肉包	紫米飯	肉燥	A 菜	滷豆腐	紫菜湯	時令水果	菇菇稀飯	✓	✓	✓	✓	
19(一)	牛奶+小三角薯餅	胚芽米飯	五香滷肉	高麗菜	鐵板豆腐	紫菜湯	時令水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓	
20(二)	豆漿+小奶皇包	藜麥飯	雞肉燴飯	花椰菜	涼拌肌肉	大黃瓜湯	時令水果	古早味蛋糕	✓	✓	✓	✓	
21(三)	牛奶+法式吐司	胚芽米飯	紅燒雞丁	波菜	香菇麵筋	青菜豆腐湯	時令水果	肉羹麵線	✓	✓	✓	✓	
22(四)	米漿+地瓜餅	糙米飯	滷肉燥	高麗菜	美味蒸蛋	金針湯	時令水果	仙草鮮奶	✓	✓	✓	✓	
23(五)	高纖什錦玉米濃湯	紫米飯	炸雞	小白菜	貢丸大黃瓜	百菇湯	時令水果	蔬菜粥	✓	✓	✓	✓	
26(一)	牛奶+小黑饅頭	紫米飯	炸鯛魚	高麗菜	日式蒸蛋	山藥排骨湯	時令水果	肉燥冬粉	✓	✓	✓	✓	
27(二)	豆漿+港式蘿蔔糕	糙米飯	炒肉醬	青江菜	薑絲麵腸	玉米濃湯	時令水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓	
28(三)	牛奶+土司夾蛋	藜麥飯	滷肉	A 菜	乳酪烘蛋	金針湯	時令水果	什錦麵	✓	✓	✓	✓	
29(四)	米漿+小奶皇包	紫米飯	糖醋雞丁	白花椰菜	五香豆干	味增湯	時令水果	冬瓜愛玉	✓	✓	✓	✓	
30(五)	豆漿+南瓜餅	胚芽米飯	炸雞	小白菜	大白菜滷	紫菜湯	時令水果	香菇雞肉粥	✓	✓	✓	✓	

*註：時令蔬菜會將依季節做調整

*註：本園肉類食材，採用國內在地牛肉、豬肉，向豐得國際食材供應商採買。

