



10/1	早餐	午餐		晚餐	
日	麵包 	清蒸鮮魚 	洋蔥豆干 	五香滷肉 	鮮菇蒸蛋 
	豆漿 	清蒸南瓜 	青江菜 	小瓜拌白干絲 	高麗菜 
			玉米蛋花湯 	肉羹湯 	苦瓜雞湯 
10/2	廣東粥 	麻油雞高麗菜飯 	喜相逢 	蔥爆豬肉絲 	滷冬瓜 
一	滷油豆腐 	油菜 	綠豆薏仁湯 	塔香烘蛋 	小白菜 
				玉米蘿蔔湯 	
10/3	鮮肉包 	檸香烤雞翅 	玉米三色 	橙汁豬柳 	蔥爆三絲 

二					
	紫菜蛋花湯	沙茶豆包絲	高麗菜	芹菜豆干片	雙花菜
					
	肉羹湯			牛蒡蔬菜湯	
					
10/4	早餐	午餐		晚餐	
三	韭菜盒子	無骨雞排	洋蔥炒蛋	水餃	洋蔥炒肉片
					
	玉米炒蛋	滷筍干	青江菜	青菜豆腐湯	油菜
					
	味噌湯	南瓜排骨湯			
					
10/5		炒米粉	滷排骨	鮮菇燴雞丁	蔥花蛋

四	麵線糊 				
		絲瓜	仙草 QQ	山藥捲	鵝白菜
					
				冬菜冬粉湯 	
10/6	麵包 	花枝蝦排 	螞蟻上樹 	火腿蛋炒飯 	蔥燒豬里肌 
五	保久乳 	薯條雙拼 	開陽白菜 	青江菜 	綠豆燕麥甜湯 
		四神湯 			
10/7	早餐	午餐	晚餐		

六	饅頭	泰式燒雞	南瓜燒肉末	蜜汁燒肉	紅燒豆輪雞丁
					
	豆漿	花枝丸	芥藍菜	絲瓜蒸蛋	鐵板銀芽
					
		海芽珍菇肉絲湯		肉骨茶	
					
10/8		南瓜香菇蒸雞	香滷蘿蔔	火腿炒飯	樹子蒸魚
日	鍋貼				
	黑芝麻豆漿	紅 K 炒蛋	高麗菜	蚵白菜	檸檬愛玉
					
		蘿蔔排骨湯			
					

10/9		日式烏龍炒麵	蒲燒鯛魚腹	五香肉燥	四季豆炒雞柳
一	皮蛋瘦肉粥				
	滷百頁豆腐	豆芽菜	紅茶 QQ	西芹油豆腐	薑絲小白菜
					
				番茄洋芋肉絲湯	
					
10/10	早餐	午餐		晚餐	
二	叉燒包	炒瓜子肉	炸杏鮑菇	烤鯖魚	大頭菜肉絲
					
	芋泥包	蒸三色蛋	古早味白菜滷	豆干雪裡紅	高麗菜
					
	番茄蔬菜湯	芋頭雞湯		關東煮湯	
					
10/11		蝦仁蛋炒飯	蔥爆豬里肌	三杯雞	海結滷油腐

三	山藥薏仁肉末粥									
	滷豆干		絲瓜		奶油焗南瓜		菜豆			
		白木耳湯			海芽豆腐湯					
	10/12	肉燥湯麵		紅燒師子頭		南洋鮮蔬豬柳		烤雞翅		洋芋三絲
四		魚香茄子		油菜		玉米炒蛋		高麗菜		
		四神排骨湯				榨菜肉絲湯				

					
10/13	早餐	午餐		晚餐	
五	蘿蔔糕	奶香嫩雞	泰式炸彈	水餃	滷味
					
	青菜豆腐湯	塔香海茸	蚵白菜	大陸妹	酸辣湯
					
		鳳梨苦瓜湯			
					
10/14	麵包	回鍋肉	家常豆腐	無骨雞排	洋芋蕃茄肉末
六					
	保久乳	玉米絞肉	高麗菜	紅燒茄子	豆芽菜
					
		青木瓜雞湯		芹菜魚丸排骨湯	

					
10/15		香酥柳葉魚	蒼蠅頭	什錦海鮮麵	蔥爆里肌
日	肉燥米粉湯麵 				
		小瓜香菇筍片	小白菜	青江菜	
					
		味噌豆腐湯		薏仁湯	
					
10/16	早餐	午餐		晚餐	
一	蛋瘦肉粥  蔥炒蛋 	咖哩雞	香酥薯條	清蒸鮮魚片	鮮菇炒豬柳
					
		蝦皮蒲瓜	酸辣湯	芋香四寶	油菜
					
	長豆		肉骨茶湯		

					
10/17	煎餃	蔥爆豬柳	三杯芋頭地瓜	鳳梨醬蒸魚	洋蔥炒肉片
二					
	豆漿	蕃茄炒蛋	青江菜	蕈菇燒百頁	高麗菜
					
		排骨酥湯		紫菜蛋花湯	
					
10/18	肉包	古早味油飯	香烤雞翅	筍干滷肉	玉米肉末
三					
	榨菜肉絲湯	大白菜	紅豆小湯圓	芹菜麵腸	豆芽菜
					
				冬瓜排骨湯	
					

10/19	早餐	午餐		晚餐	
四	沙茶肉絲湯麵	水餃	香滷雙拼	醬炒鮮菇雞	西芹百頁
					
		排骨酥湯	大陸妹	海帶絲拌白干絲	香菇高麗菜
					
				青木瓜排骨湯	
					
10/20	南瓜肉末粥	五香滷肉	蝦皮胡瓜	和風烏龍炒麵	黃金柳葉魚
五					
	滷油腐	芹菜豆干	高麗菜	青江菜	芋頭西米露
					
		香菇雞湯			

					
10/21		肉絲蛋炒飯	香酥魚排	三杯雞	客家小炒
六	果醬土司				
		大陸妹	燒仙草	大黃瓜甜不辣	油菜
	保久乳				
				海芽蛋花湯	
					

10/22	早餐	午餐		晚餐	
日	紅蔥干丁肉燥	五香滷肉	玉米肉末	水餃	滷油腐
					
	蔥炒蛋	京醬珍菇豆包絲	油菜	大陸妹	酸辣湯
					
	滷肉青菜	白玉魚丸湯			
					

					
10/23	蘿蔔糕	梅干蒸肉	咖哩馬鈴薯	肉絲炒飯	豆酥魚丁
一					
	阿華田	香菇蒸蛋	地瓜葉	青江菜	
					
		酸菜白肉湯		黑糖白木耳甜湯	
					
10/24	肉羹麵	炸花枝排	日式蒸蛋	海帶芽炒豬肉片	滷筍干
二					
		客家小炒	開陽蒲瓜	什錦木耳	鐵板銀芽
					
		玉米濃湯		牛蒡雞湯	
					

10/25	叻魚粥 	紅燒獅子頭 	滷冬瓜豆干 	金瓜米粉 	柳葉魚 
三	滷油腐 	烘烤地瓜 	高麗菜 	油菜 	紅豆紫米湯 
		紫菜蛋花湯 			
	10/26	早餐 鮮肉包 	午餐 糖醋排骨 	西芹甜不辣 	晚餐 奶汁燉雞 
四	保久乳 	家常豆腐 	豆芽菜 	泰式炸彈 	螞蟻上樹 
		牛蒡雞湯 		排骨玉米湯 	
	10/27	早餐 麵線糊 	午餐 奶油番茄火腿義大利麵 	青江菜 	晚餐 五香燉肉 

						
	木須炒蛋	烤雞腿		黑胡椒洋蔥鱈魚	小白菜	
						
		桂圓紅棗茶		紫菜蛋花湯	布丁	
						
10/28		茄汁魚丁	香菇蒸蛋	地瓜粉蒸肉	酸菜炒麵腸	
六	煎餃					
		三杯杏鮑菇	油菜	醬香肉末脆瓜	雙花菜	
	豆漿					
		芋頭排骨湯		榨菜肉絲湯		
10/29	早餐	午餐		晚餐		
日	廣東粥	水餃	大陸妹	三杯雞	西芹炒豆干片	

	 玉米炒蛋 				
		烤花枝丸	味噌湯	毛豆炒雞丁	高麗菜
					
				肉絲玉米湯	
10/30		五香肉燥	大瓜炒三鮮		洋蔥豆腐番茄炒蛋
					
		豆腐蒸肉餅	小白菜	西芹炒鮑魚菇	豆芽菜
					
		四神湯		青木瓜排骨湯	
					

10/31		三杯雞	玉米三色	橙汁豬柳	紅 K 炒蛋
一	<p>鮮肉包</p> 				
	<p>紫菜蛋花湯</p> 	<p>沙茶豆包絲</p> 	<p>油菜</p> 	<p>芹菜豆干片</p> 	<p>雙花菜</p> 
		<p>玉米濃湯</p>		<p>牛蒡蔬菜湯</p> 	