

1月29日 星期一		1月30日 星期二		1月31日 星期三		2月1日 星期四		2月2日 星期五	
主食		主食		主食		主食		主食	
主菜		主菜		主菜		主菜		主菜	
副菜		副菜		副菜		副菜		副菜	
青菜		青菜		青菜		青菜		青菜	
湯品		湯品		湯品		湯品		湯品	

2月5日 星期一	
主食	
主菜	
副菜	
青菜	
湯品	

2月6日 星期二	
主食	
主菜	
副菜	
青菜	
湯品	

2月7日 星期三	
主食	
主菜	
副菜	
青菜	
湯品	

2月8日 星期四	
主食	
主菜	
副菜	
青菜	
湯品	

2月9日 星期五	
主食	
主菜	
副菜	
青菜	
湯品	

2月19日		星期一		2月20日		星期二		2月21日		星期三		2月22日		星期四		2月23日		星期五	
主食	紫米飯	白米	65 g	主食	有機洋薏仁	有機白米	65 g	主食	芝麻小米飯	白米	65 g	主食	南瓜飯	白米	60 g	主食	古早味炒麵	白麵	100 g
	黑糯米	15 g			洋薏仁	15 g			小米	15 g			肉絲	15 g			肉絲	15 g	
									黑芝麻				洋蔥絲	25 g					
													紅蘿蔔絲	10 g					
													木耳絲	10 g					
													高麗菜絲	30 g					
													絞蒜						
主菜	紅糟炒雞	雞胸肉	75 g	主菜	紅燒魚丁	魚丁	80 g	主菜	奶香燉雞	雞胸肉	75 g	主菜	黑胡椒肉柳	肉柳	75 g	主菜	香滷翅小腿	翅小腿	2 p
	洋蔥中丁	25 g			洋芋中丁	30 g			紅蘿蔔丁	25 g			豆薯粗條	25 g					
	黃椒中丁	10 g			洋蔥中丁	10 g			南瓜中丁	10 g			豆芽菜	15 g					
	杏鮑菇中丁	10 g			紅K絲	5 g			洋蔥中丁	15									
	紅糟醬				蔥段				奶粉										
									義士香料										
副菜	關東水	CAS白蘿蔔中丁	30 g	副菜	有機黑豪菇炒肉絲	有機黑豪菇	40 g	副菜	三杯豆包	豆包	55 g	副菜	番茄豆腐燴蛋	液蛋	45 g	副菜	小芋泥包*1	小芋泥包	1 g
	珍珠魚丸	25 g			肉絲	10 g			紅蘿蔔片	15 g			番茄中丁	15 g					
	油豆腐	25 g			CAS高麗菜片	30 g			木耳片	10 g			豆腐大丁	15 g					
	柴魚片				枸杞				絞蒜				毛豆仁	5 g					
					絞蒜				薑片				薑片						
					薑片				九層塔										
青菜	有機蔬菜	有機蔬菜切	72 g	青菜	有機蔬菜	有機蔬菜切	72 g	青菜	菠菜	TAP菠菜	72 g	青菜	有機蔬菜	有機蔬菜切	72 g	青菜	萬苣	TAP萬苣	72 g
	絞蒜				絞蒜				絞蒜				絞蒜				絞蒜		
湯品	羅宋湯	番茄小丁	15 g	湯品	冬瓜山粉圓	山粉圓	2 g	湯品	紫菜蛋花湯	紫菜		湯品	蘿蔔大骨湯	白蘿蔔小丁	30 g	湯品	什錦蔬菜湯	大白菜絲	20 g
	洋蔥小丁	10 g			冬瓜磚				盒蛋	10 g			大骨				金針菇對切	10 g	
	大白菜絲	5 g			TAP地瓜小丁	10			薑絲				大骨				大骨		

