# 台南榮譽國民之家　　普通伙食菜單

| 日期 | | 10月1日 | 10月2日 | 10月3日 | 10月4日 | 10月5日 | 10月6日 | 10月7日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 星期 | | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 | 星期六 | 星期日 |
| 早餐 | 主食 | 稀飯.饅頭<br>豆漿.包子 | 地瓜稀飯<br>豆漿.饅頭 | 稀飯.饅頭.<br>豆漿.芝麻包 | 綠豆稀飯<br>豆漿.饅頭 | 稀飯.米漿<br>饅頭.蘿蔔糕 | 南瓜稀飯<br>豆漿.饅頭 | 稀飯.豆漿<br>饅頭.牛奶 |
| | 蛋類 | 紅蘿蔔炒蛋 | 白煮蛋 | 豆薯炒蛋 | 荷包蛋 | 洋蔥炒蛋 | 茶葉蛋 | 海芽炒蛋 |
| | 青菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 |
| | 小菜 | 碎瓜肉燥 | 脆瓜 | 冬瓜肉末 | 蔭瓜 | 油腐肉末 | 豆薯肉末 | 肉鬆 |
| 午餐 | 主食 | 乾.稀飯 | 乾.稀飯 | 乾.稀飯 | 乾飯<br>什錦鹹粥 | 乾.稀飯 | 乾.稀飯 | 乾.稀飯 |
| | 葷菜 | 豆醬魚丁 | 香煎肉魚 | 醬爆赤筆魚 | 滷海結 | 豆腐蒸鹹魚 | 薄塩鯖魚 | 蒲燒秋刀魚 |
| | 葷菜 | 紅燒五花肉 | 咖哩肉片 | 茄汁雞塊 | 滷大黑干 | 梅干燒肉 | 南瓜燉肉 | 蕃茄燜肉 |
| | 素菜 | 醬燒豆腐 | 南瓜麵泡 | 家常豆腐 | 肉燥蒸蛋 | 咖哩馬鈴薯 | 蟹絲蒸蛋 | 香炒地豆 |
| | 素菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 |
| | 麵品 | 什錦湯麵 | | 炒米粉 | 牛肉麵 | 肉燥炒麵 | | |
| | 鹹湯 | 味噌豆腐湯 | 筍絲湯 | 酸菜豬血湯 | 紫菜湯 | 枸杞南瓜湯 | 大黃瓜湯 | 冬菜粉絲湯 |
| | 水果 | 季節水果 | 季節水果 | 季節水果 | 季節水果 | 季節水果 | 季節水果 | 季節水果 |
| 晚餐 | 主食 | 乾.稀飯<br>饅頭 | 乾.稀飯<br>饅頭 | 乾.稀飯<br>饅頭 | 乾.稀飯<br>饅頭 | 乾.稀飯<br>饅頭 | 乾.稀飯<br>饅頭 | 乾.稀飯<br>饅頭 |
| | 葷菜 | 紅燒白口魚 | 紅燒雞塊 | 醬燒魚丁 | 塩水雞 | 醬燒肉魚 | 滷雞腿 | 蔥燒魚丁 |
| | 葷菜 | 沙茶豬肉 | 豆腐蒸肉 | 京醬肉絲 | 醬燒白帶魚 | 黑胡椒豬柳 | 豆干炒肉絲 | 梅干燜肉 |
| | 素菜 | 火腿冬瓜 | 家常茄子 | 油泡滷蘿蔔 | 茄汁麵腸 | 枸杞蒲瓜粉絲 | 車輪滷雙丁 | 什錦大白菜 |
| | 素菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 | 季節蔬菜 |
| | 湯 | 薑絲海芽湯 | 蔬菜湯 | 紫菜湯 | 蛋花湯 | 榨菜湯 | 高麗菜湯 | 豆薯湯 |
| | | | | | | | | 滷雞排 |