

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

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	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
早餐	主食	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 牛奶	稀飯. 豆漿 饅頭. 包子	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 芝麻包	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 銀絲卷
	蛋類	四色豆炒蛋	白煮蛋	紅蘿蔔炒蛋	洋蔥炒蛋	吻魚炒蛋	玉米炒蛋	荷包蛋
	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	滷麵筋	豆漿	醋薑片	酸菜肉末	麵筋	滷蘿蔔麵輪	碎瓜干丁
午餐	主食	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯
	葷菜	咖哩魚丁	椒鹽魚片	醬燒魚片	椒鹽魚丁	醬燒魚片	豆瓣魚丁	椒鹽魚片
	葷菜	洋蔥肉片	肉燥蒸蛋	杏鮑菇肉絲	打拋肉	肉末蒸蛋	土豆炒肉絲	肉燥蒸蛋
	素菜	蟹絲蒸蛋	家常豆腐	油腐大白菜	四色豆豆腐	什錦扁蒲	魚香茄子	什錦燴瓜
	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
	鹹湯	紫菜湯	蛋花湯	高麗菜湯	味噌湯	海芽湯	筍絲湯	酸菜湯
	快樂餐						雞腿麵	
晚餐	主食	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭
	葷菜	紅燒魚片	蔥燒魚丁	香酥魚丁	咖哩魚片	糖醋魚丁	香酥魚片	紅燒魚丁
	葷菜	肉末蒸蛋	京醬肉絲	火腿蒸蛋	青椒肉絲	胡蘿蔔炒肉絲	洋蔥肉絲	蒸肉餅
	素菜	蒸南瓜	芙蓉南瓜	洋蔥豆包絲	芽菜拌粉絲	咖哩馬鈴薯	芽菜炒青椒	筍干滷油腐
	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	味噌湯	木耳湯	冬菜粉絲湯	高麗菜湯	紫菜湯	蔬菜湯	蛋花湯

# 台南榮譽國民之家

# 軟質伙食菜單

日期	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日	10月15日	
星期	星期六	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
早餐	主食	稀飯 豆漿.饅頭	稀飯.豆漿 饅頭.牛奶	稀飯.豆漿 饅頭.包子	稀飯 豆漿.饅頭	稀飯.豆漿 饅頭.芝麻包	稀飯 豆漿.饅頭	稀飯.豆漿 饅頭.芝麻包	稀飯 豆漿.饅頭
	蛋類	四色豆炒蛋	白煮蛋	紅蘿蔔炒蛋	洋蔥炒蛋	吻魚炒蛋	玉米炒蛋	荷包蛋	四色豆炒蛋
	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	季節蔬菜
	小菜	滷麵筋	豆漿	醋薑片	酸菜肉末	麵筋	滷蘿蔔麵輪	碎瓜干丁	滷麵筋
午餐	主食	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯	乾飯.稀飯
	葷菜	咖哩魚丁	椒鹽魚丁	醬燒魚片	椒鹽魚丁	醬燒魚丁	椒鹽魚丁	豆瓣魚片	咖哩魚丁
	葷菜	洋蔥肉片	肉末蒸蛋	滷豬排	打拋肉	肉末蒸蛋	土豆炒肉絲	肉燥蒸蛋	洋蔥肉片
	素菜	蟹絲蒸蛋	家常豆腐	油腐大白菜	紅燒豆腐	什錦扁蒲	蠔油茄子	蛋酥白菜滷	開陽豆薯
	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	季節蔬菜
	鹹湯	紫菜湯	蛋花湯	高麗菜湯	筍絲湯	海芽湯	筍絲湯	蔬菜湯	紫菜湯
	快樂餐						排骨麵		
晚餐	主食	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭	乾.稀飯 饅頭
	葷菜	紅燒魚片	蔥燒魚片	咖哩魚丁	香酥魚丁	茄汁魚片	香酥魚片	紅燒魚丁	紅燒魚片
	葷菜	肉末蒸蛋	京醬肉絲	火腿蒸蛋	青椒肉絲	胡蘿蔔炒肉絲	絞肉蒸蛋	八寶肉醬	蒸肉餅
	素菜	蒸南瓜	豆皮大白菜	洋蔥豆包絲	蠔油粉絲煲	咖哩馬鈴薯	芙蓉南瓜	筍干滷油腐	魚板蒸蛋
	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	季節蔬菜
	湯	味噌湯	木耳湯	冬菜粉絲湯	酸菜湯	紫菜湯	高麗菜湯	蘿蔔湯	味噌湯

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

日期	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	
星期	星期日	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. 豆漿 饅頭. 牛奶	稀飯. 豆漿 饅頭. 包子	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 芝麻包	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 銀絲卷	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 牛奶
	蛋類	白煮蛋	紅蘿蔔炒蛋	洋蔥炒蛋	吻魚炒蛋	玉米炒蛋	荷包蛋	四色豆炒蛋	白煮蛋
	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	季節蔬菜
	小菜	豆漿	醋薑片	酸菜肉末	麵筋	滷蘿蔔麵輪	碎瓜干丁	滷麵筋	豆漿
午餐	主食	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯
	葷菜	椒鹽魚片	醬燒魚丁	椒鹽魚丁	醬燒魚片	椒鹽魚丁	椒鹽魚片	香酥魚丁	椒鹽魚丁
	葷菜	肉末蒸蛋	滷豬排	肉末蒸蛋	蒸肉餅	土豆炒肉絲	肉燥蒸蛋	瓜仔肉燥	肉末蒸蛋
	素菜	什錦大白菜	番茄炒蛋	四色豆豆腐	什錦扁蒲	蠔油茄子	什錦燴瓜	蟹絲蒸蛋	家常豆腐
	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	季節蔬菜
	鹹湯	蛋花湯	冬菜粉絲湯	味噌湯	海芽湯	枸杞南瓜湯	酸菜湯	紫菜湯	蛋花湯
	快樂餐					牛肉麵			
晚餐	主食	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭
	葷菜	蔥燒魚丁	香酥魚片	蔥燒魚片	糖醋魚丁	香酥魚丁	紅燒魚丁	咖哩魚片	蔥燒魚片
	葷菜	京醬肉絲	火腿蒸蛋	青椒肉絲	胡蘿蔔炒肉絲	洋蔥肉絲	蒸肉餅	咖哩肉片	京醬肉絲
	素菜	芙蓉南瓜	酸菜干丁	芽菜拌粉絲	咖哩馬鈴薯	芽菜炒青椒	筍干滷油腐	蒸南瓜	豆皮大白菜
	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	季節蔬菜
	湯	木耳湯	海芽湯	高麗菜湯	紫菜湯	蔬菜湯	蛋花湯	味噌湯	木耳湯

# 台南榮譽國民之家

# 軟質伙食菜單

日期	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	
星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日	星期一	
早餐	主食	稀飯. 豆漿 饅頭. 包子	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 芝麻包	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 芝麻包	稀飯 豆漿. 饅頭	稀飯. 豆漿 饅頭. 牛奶	稀飯. 豆漿 饅頭. 包子
	蛋類	紅蘿蔔炒蛋	洋蔥炒蛋	吻魚炒蛋	玉米炒蛋	荷包蛋	四色豆炒蛋	白煮蛋	紅蘿蔔炒蛋
	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	季節蔬菜
	小菜	醋薑片	酸菜肉末	麵筋	滷蘿蔔麵輪	碎瓜干丁	滷麵筋	豆漿	醋薑片
午餐	主食	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯
	葷菜	醬燒魚片	椒鹽魚丁	醬燒魚丁	椒鹽魚丁	豆瓣魚片	香酥魚丁	椒鹽魚片	醬燒魚丁
	葷菜	沙茶肉片	打拋肉	肉末蒸蛋	土豆炒肉絲	肉燥蒸蛋	洋蔥肉片	肉末蒸蛋	滷豬排
	素菜	油腐大白菜	紅燒豆腐	什錦扁蒲	蠔油茄子	蛋酥白菜滷	開陽豆薯	什錦大白菜	番茄炒蛋
	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	季節蔬菜
	鹹湯	高麗菜湯	筍絲湯	海芽湯	筍絲湯	蔬菜湯	紫菜湯	蛋花湯	冬菜粉絲湯
	快樂餐				蹄膀麵				燉牛肉 綠豆湯
晚餐	主食	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭	乾. 稀飯 饅頭
	葷菜	香酥魚丁	咖哩魚丁	茄汁魚片	香酥魚片	紅燒魚丁	咖哩魚片	蔥燒魚丁	香酥魚片
	葷菜	火腿蒸蛋	青椒肉絲	胡蘿蔔炒肉絲	絞肉蒸蛋	八寶肉醬	蒸肉餅	京醬肉絲	火腿蒸蛋
	素菜	洋蔥豆包絲	蠔油粉絲煲	咖哩馬鈴薯	芙蓉南瓜	筍干滷油腐	魚板蒸蛋	芙蓉南瓜	酸菜干丁
	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	季節蔬菜
	湯	冬菜粉絲湯	酸菜湯	紫菜湯	高麗菜湯	蘿蔔湯	味噌湯	木耳湯	海芽湯