

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

日期	3月1日	3月2日	3月3日	3月4日	3月5日	
星期	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, 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	玉米炒蛋	洋蔥炒蛋	韭菜炒蛋	海芽燴蛋	番茄炒蛋
	青菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜
	小菜	豆漿	瓜仔肉	肉鬆	滷麵筋	豆腐乳
午餐	主食	乾飯, 稀飯	乾飯, 稀飯	乾飯, 稀飯	乾飯, 稀飯	乾飯, 稀飯
	葷菜	沙茶嫩雞	味噌魚片	香芋滷肉	紅燒雞	蔥燒魚片
	葷菜	絞肉蒸蛋	蟹絲蒸蛋	魚香蒸蛋	筍絲炒蛋	南瓜燴蛋
	素菜	味噌蘿蔔	三色玉米粒	蔥燒豆腐	味噌大頭菜	紅燒雙蘿蔔
	素菜	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	柴魚豆腐湯	薑絲海芽湯	冬瓜湯	大瓜湯
	快樂餐	水果	大滷麵	水果		
晚餐	主食	乾, 稀飯	乾, 稀飯	乾, 稀飯	乾, 稀飯	乾, 稀飯
	葷菜	蜜汁香豬	洋芋燒雞	糖醋魚丁	茄汁肉片	三杯雞
	葷菜	豆薯炒蛋	紅蘿蔔炒蛋	木耳炒蛋	蔬菜蒸蛋	醬油蔥花蒸蛋
	素菜	紅燒茄子	碰皮大白菜	醬燒冬瓜	枸杞絲瓜	榨菜冬粉
	素菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜
	湯	筍絲湯	蘿蔔湯	大頭菜湯	薑絲麻油枸杞湯	鮮菇湯

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

日期	3月6日	3月7日	3月8日	3月9日	3月10日	3月11日	3月12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. 豆漿 饅頭. 包子	稀飯. 豆漿 饅頭	稀飯 豆漿. 饅頭. 奶皇包	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	三色豆炒蛋	白煮蛋	紅蘿蔔炒蛋	韭菜炒蛋	海芽燴蛋	洋蔥炒蛋	番茄炒蛋
	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	雪菜肉末	脆花瓜	豆漿	紅燒雙蘿蔔	瓜仔肉	肉鬆	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
	葷菜	粉蒸肉	味噌雞柳	雪菜魚片	沙茶肉片	地瓜燒雞	豆瓣水晶魚	咖哩豬
	葷菜	魚板蒸蛋	蔬菜炒蛋	味噌蔥花蒸蛋	豆薯炒蛋	魚香蒸蛋	紅蘿蔔炒蛋	蔬菜蒸蛋
	素菜	薑絲大瓜	南瓜燜菇	洋芋燉番茄	麻婆豆腐	蝦米白蘿蔔	香菇粉絲煲	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
	鹹湯	榨菜粉絲湯	味噌海芽湯	鮮蔬湯	海芽湯	蔬菜豆薯湯	筍絲豆腐湯	紫菜湯
	快樂餐	水果		水果	餛飩麵	水果		
晚餐	主食	乾. 稀飯	乾. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯
	葷菜	咖哩水晶魚	醬燒豬	黑胡椒雞丁	洋蔥水晶魚	紅燒肉	糖醋雞丁	味噌魚片
	葷菜	菇菇炒蛋	木耳蒸蛋	海芽燴蛋	蟹絲蒸蛋	番茄炒蛋	醬油蔥花蒸蛋	南瓜燴蛋
	素菜	豆皮白菜滷	塔香茄子	鮮菇高麗菜	豆瓣苦瓜	清炒青木瓜	咖哩洋芋	蔥燒豆腐
	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
	湯	玉米湯	紫菜湯	味噌豆腐湯	青木瓜湯	苦瓜湯	蘿蔔湯	鮮菇湯

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

日期	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日	3月17日	3月18日	3月19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. 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	三色豆炒蛋	荷包蛋	玉米炒蛋	洋蔥炒蛋	韭菜炒蛋	海芽燴蛋	番茄炒蛋
	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	豆腐乳	雪菜肉末	脆花瓜	紅燒雙蘿蔔	豆漿	瓜仔肉	肉鬆
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	沙茶嫩雞	蔥燒魚片	香芋滷肉	紅燒雞柳	味噌水晶魚	粉蒸肉	地瓜燒雞
	葷菜	木耳蒸蛋	魚板蒸蛋	魚香蒸蛋	番茄炒蛋	絞肉蒸蛋	南瓜燴蛋	洋蔥炒蛋
	素菜	紅燒茄子	南瓜燻菇	紅燒冬瓜	麻婆豆腐	枸杞絲瓜	紅燒雙蘿蔔	榨菜冬粉
	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	薑絲海芽湯	蔬菜粉絲湯	味噌海芽豆腐湯	筍絲湯	鮮菇湯	玉米湯	鮮蔬湯
	快樂餐	水果		水果	蹄膀麵線	水果		
晚餐	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	蜜汁香豬	洋芋燒雞	糖醋水晶魚	茄汁肉片	三杯雞	咖哩水晶魚	醬燒豬
	葷菜	筍絲炒蛋	菇菇炒蛋	豆薯炒蛋	味噌柴魚蒸蛋	醬油蔥花蒸蛋	木耳炒蛋	蟹絲蒸蛋
	素菜	味噌蘿蔔	三色玉米粒	味噌大頭菜	鮮菇高麗菜	咖哩洋芋	豆皮大白菜	薑絲大瓜
	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
	湯	薑絲麻油枸杞湯	大頭菜湯	紫菜湯	海芽湯	蔬菜味噌湯	蘿蔔湯	冬瓜湯

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

日期	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日	3月24日	3月25日	3月26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. 豆漿 饅頭. 包子	稀飯. 豆漿 饅頭	稀飯 豆漿. 饅頭. 奶皇包	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	紅蘿蔔炒蛋	茶葉蛋	玉米炒蛋	洋蔥炒蛋	韭菜炒蛋	海芽燴蛋	番茄炒蛋
	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	滷麵筋	豆腐乳	雪菜肉末	脆花瓜	紅燒雙蘿蔔	豆漿	瓜仔肉
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	雪菜魚片	沙茶肉片	味噌雞柳	豆瓣魚片	咖哩豬	紅燒嫩雞	洋蔥魚丁
	葷菜	香菇蒸蛋	木耳炒蛋	蔬菜蒸蛋	絞肉蒸蛋	南瓜燴蛋	魚香蒸蛋	菇菇炒蛋
	素菜	蔥燒豆腐	奶香南瓜	塔香茄子	鮮菇高麗菜	清炒青木瓜	醬燒冬瓜	紅燒雙蘿蔔
	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	大瓜湯	麻油枸杞湯	筍絲湯	玉米湯	海芽豆腐湯	鮮蔬湯	蔬菜味噌湯
	快樂餐	水果		水果	酸辣湯餃麵	水果		
晚餐	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	黑胡椒雞丁	洋蔥魚丁	紅燒肉	糖醋雞丁	蔥燒魚片	蜜汁香豬	洋芋燒雞
	葷菜	筍絲炒蛋	魚板蒸蛋	番茄炒蛋	紅蘿蔔炒蛋	味噌蔥花蒸蛋	豆薯炒蛋	蟹絲蒸蛋
	素菜	豆皮白菜滷	洋芋燉番茄	蝦米白蘿蔔	香菇粉絲煲	三色玉米粒	麻婆豆腐	薑絲大瓜
	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
	湯	薑絲海芽湯	蘿蔔湯	紫菜湯	鮮菇湯	青木瓜湯	蘿蔔湯	榨菜粉絲湯

台南榮譽國民之家

軟質伙食菜單

日期	3月27日	3月28日	3月29日	3月30日	3月31日	
星期	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. 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	紅蘿蔔炒蛋	白煮蛋	三色豆炒蛋	韭菜炒蛋	洋蔥炒蛋
	青菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜
	小菜	肉鬆	滷麵筋	豆腐乳	雪菜肉末	脆花瓜
午餐	主食	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯
	葷菜	香芋滷肉	紅燒雞柳	雪菜魚片	粉蒸肉	味噌雞柳
	葷菜	韭菜炒蛋	醬油蔥花蒸蛋	番茄炒蛋	筍絲炒蛋	蟹絲蒸蛋
	素菜	紅燒茄子	咖哩洋芋	味噌蘿蔔	蔥燒豆腐	鮮菇高麗菜
	素菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜
	鹹湯	大瓜湯	鮮菇湯	柴魚豆腐湯	青木瓜湯	薑絲麻油枸杞湯
快樂餐	水果		水果	榨菜肉絲麵	水果	
晚餐	主食	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯	乾飯. 稀飯
	葷菜	糖醋水晶魚	茄汁肉片	三杯雞	咖哩水晶魚	醬燒豬
	葷菜	魚板蒸蛋	海芽燴蛋	絞肉蒸蛋	魚香蒸蛋	紅蘿蔔炒蛋
	素菜	南瓜燻菇	碰皮大白菜	榨菜冬粉	豆瓣苦瓜	清炒青木瓜
	素菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜	季節蔬菜
	湯	玉米湯	蘿蔔湯	蔬菜味噌湯	薑絲海芽湯	苦瓜湯