

國軍退除役官兵輔導委員會 板橋榮譽國民之家菜單(長樂、祥和)(日照中心午餐)

114年1月27日 ~ 114年2月02日

星期	日期	早 餐		午 餐		晚 餐		熱量分析	
		菜 名		菜 名		菜 名		種類	份數
星期一	1月27日	清粥 饅頭 豆漿 肉鬆 三色豆炒蛋 季節時菜		蜜汁翅小腿(碎泥：炒雞肉) 榨菜干片炒肉絲 高麗菜炒枸杞鮮菇薑絲 季節時菜 青木瓜大骨湯 湯麵		豆鼓蒸多利魚 洋芋燴雞茸 豬油燻梅干筍茸 季節時菜 榨菜豆皮湯 湯麵		主食類(份) 13 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 0.5 魚肉雞類(份) 5 蛋類(份) 1 蔬菜(份) 5 水果(份) 0 油脂(份) 5.5 熱量(大卡) 1825	
星期二	1月28日 除夕 (合菜)	清粥 饅頭 豆漿 湯包 時蔬炒蛋 季節時菜		拼盤(牛腱、滷花生、香腸) 富貴圓蹄 糖醋鯛魚 起司螺絲捲 毛豆蝦仁洋芋丁 繡球粉翅羹(碎泥：繡球魚翅蒸蛋) 佛跳牆湯 紅棗銀茸桃膠甜品 山藥蛤蜊香菇芥菜雞湯 水果/飲料 飲料一瓶(波蜜果菜汁)		小東坡肉 花雕雞 薑絲蒸鱸魚 沙茶牛肉片 元寶水餃 季節時菜 冬菜鴨湯 水果		主食類(份) 13 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 0 魚肉雞類(份) 10 蛋類(份) 1 蔬菜(份) 3.5 水果(份) 1 油脂(份) 7 熱量(大卡) 2252.5	
星期三	1月29日 初一 (合菜)	八寶粥 葡萄捲 豆漿 滷花生麵筋 時蔬炒蛋 季節時菜		里肌肉排 蜜汁鯛魚 棒棒腿(碎泥：炒雞肉) 蝦仁枸杞毛豆 紅豆紫米 牛蒡枸杞排骨湯 水果 稀飯：清粥		五花肉片 白旗片 彩色銀絲捲-煉乳(細泥：桂冠蜂蜜蛋) 三喜燒賣 花團錦簇青花滿 羅宋湯(牛肉.蕃茄.洋芋)		主食類(份) 14.5 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 0.5 魚肉雞類(份) 8 蛋類(份) 1 蔬菜(份) 2 水果(份) 1 油脂(份) 6 熱量(大卡) 2162.5	
星期四	1月30日 初二 (盤餐)	清粥 饅頭 豆漿 發糕(泥：湯包) 時蔬炒蛋 季節時菜		小東坡肉 薑絲蒸白旗片 三杯翅小腿 蘿蔔酥餅(碎泥：銅鑼燒) 季節時菜 火鍋湯 水果 稀飯：清粥		炒牛肉片 淋汁土魷魚 翡翠蝦仁蒸蛋 紅燒棒棒腿(碎泥：炒雞肉) 季節時菜 大鍋菜湯		主食類(份) 13.5 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 0 魚肉雞類(份) 7.5 蛋類(份) 1.5 蔬菜(份) 3 水果(份) 1 油脂(份) 6 熱量(大卡) 2080	
星期五	1月31日	清粥 饅頭 豆漿 嫩薑片 時蔬炒蛋 季節時菜		快樂餐 蜜汁鯛魚 珍珠丸子 青豆螞絲炒蛋 季節時菜 蘿蔔魚丸湯 湯麵 稀飯：清粥		清蒸多利魚 里肌肉排 小兔包 季節時菜 冬瓜雞肉湯 湯麵		主食類(份) 13 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 0 魚肉雞類(份) 6 蛋類(份) 1.5 蔬菜(份) 3 水果(份) 0 油脂(份) 5 熱量(大卡) 1827.5	
星期六	2月1日	清粥 饅頭 豆漿 鍋貼 紅蘿蔔炒蛋 季節時菜		棒棒腿 豆鼓蒸多利魚 洋蔥豬頭皮 季節時菜 香菇時蔬雞湯 湯麵 稀飯：清粥		白菜獅子頭 青豆洋芋蝦仁 蔥油餛飩 季節青菜 筍絲肉羹湯 湯麵		主食類(份) 13.5 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 0 魚肉雞類(份) 5.5 蛋類(份) 1 蔬菜(份) 4 水果(份) 0 油脂(份) 5 熱量(大卡) 1812.5	
星期日	2月2日	清粥 豆沙包 豆漿 滷百頁豆腐 碎脯炒蛋 季節時菜		上肉片 三杯雞 蒜泥芋頭糕 季節時菜 紫菜蛋花湯 湯麵 稀飯：清粥		魚露蒸鯛魚 梅干麵輪肉丁 抹茶豆沙包 季節時菜 玉米濃湯 湯麵		主食類(份) 13 豆漿(260cc) 1 豆類(份) 1.5 魚肉雞類(份) 5.5 蛋類(份) 1 蔬菜(份) 4 水果(份) 0 油脂(份) 5 熱量(大卡) 1890	

國軍退除役官兵輔導委員會 板橋榮譽國民之家菜單(長樂、祥和)(日照中心午餐)

114年02月3日 ~ 114年02月08日

星期	品項	早 餐		午 餐		晚 餐		熱量分析	
		菜 名		菜 名		菜 名		種類	份數
星期一 2月3日	鹹粥 饅頭 豆漿 炒紅白蘿蔔絲 時蔬炒蛋 季節時菜			洋蔥燒里肌肉排	香滷翅小腿(碎泥:炒雞肉) 五香扣肉 紅燒冬瓜 季節時菜 紫菜蛋花湯 湯麵			主食類(份)	12
				白旗片		豆类(260cc)	1		
				魚板蒸蛋		豆类(份)	1		
				季節時菜		魚肉雞類(份)	4.5		
				四神大骨湯		蛋類(份)	1.5		
				湯麵		蔬菜(份)	5.5		
				稀飯		水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1782.5		
星期二 2月4日	清粥 饅頭 豆漿 豆棗 青豆炒蛋 季節時菜	快樂餐		滷肉燥	糖醋鯛魚 韭菜甜不辣鮮菇肉片 鮮炒雞捲 季節時菜 海芽胡瓜湯 湯麵			主食類(份)	12.3
				三色豆蝦仁		豆类(260cc)	1		
				五香豆干		豆类(份)	1.5		
				季節時菜		魚肉雞類(份)	4.5		
				大鍋菜湯		蛋類(份)	1		
				稀飯:清粥		蔬菜(份)	5		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1791		
星期三 2月5日	清粥 肉包 豆漿 滷百頁豆腐 時蔬炒蛋 季節時菜	蒜味雞胸排(碎泥:雞胸肉)	豆鼓蒸魴魚 紅燒肉丁 韭菜炒豆芽紅絲 季節時菜 南瓜菇菇湯 肉燥細拉麵			主食類(份)	12		
		碎瓜蒸肉		豆类(260cc)	1				
		蔥炒豆薯木耳蛋酥		豆类(份)	1				
		季節時菜		魚肉雞類(份)	5				
		梅干肉羹湯		蛋類(份)	1.2				
		湯麵		蔬菜(份)	5.5				
		稀飯		水果(份)	0				
				油脂(份)	5				
				熱量(大卡)	1797.5				
星期四 2月6日	清粥 饅頭 豆漿 花生麵筋 時蔬炒蛋 季節時菜	里肌肉排	珍珠丸 芋頭燒雞 拌粉絲木耳紅絲 季節時菜 海芽豆腐湯 湯麵			主食類(份)	13.4		
		三杯魚丁		豆类(260cc)	1				
		豆干蔥鮮香菇		豆类(份)	0.8				
		季節時菜		魚肉雞類(份)	5				
		青木瓜大骨湯		蛋類(份)	0.5				
		湯麵		蔬菜(份)	4				
		水果		水果(份)	1				
		稀飯		油脂(份)	6				
				熱量(大卡)	1895.5				
星期五 2月7日	清粥 饅頭 豆漿 豆棗 紅蘿蔔炒蛋 季節時菜	快樂餐		梅干扣肉	梅干扣肉 紅燒牛肉 洋芋蔥炒紅絲 季節時菜 番茄豆腐蛋花湯 湯麵			主食類(份)	12
				炒油豆腐		豆类(260cc)	1		
				韭菜炒香腸		豆类(份)	2		
				季節時菜		魚肉雞類(份)	4.5		
				冬瓜大骨湯		蛋類(份)	1		
				湯麵		蔬菜(份)	5		
				稀飯		水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1807.5		
星期六 2月8日	清粥 饅頭 豆漿 梅干筍茸 時蔬炒蛋 季節時菜	府城蝦捲	味噌燒白旗 韭菜豆芽木耳肉絲 雙色小包 季節時菜 青菜豆皮捲湯 湯麵			主食類(份)	14		
		南瓜燒雞		豆类(260cc)	1				
		絲瓜豆腐枸杞		豆类(份)	1				
		季節時菜		魚肉雞類(份)	3.5				
		鮮菇養生湯		蛋類(份)	1				
		麵片湯		蔬菜(份)	5				
		稀飯		水果(份)	0				
				油脂(份)	5				
				熱量(大卡)	1797.5				
星期日 2月9日	清粥 紅糖饅頭 豆漿 酸菜炒麵腸 嫩薑片 季節時菜	糖醋鯛魚	薑蒜淋汁棒棒腿(碎泥:雞胸肉) 大黃瓜鮮菇燴肉片 翡翠蒸蛋 季節時菜 大鍋菜湯 湯麵			主食類(份)	12		
		青椒榨菜雞柳		豆类(260cc)	1				
		韭菜豆皮鮮菇		豆类(份)	1				
		季節時菜		魚肉雞類(份)	5				
		玉米濃湯		蛋類(份)	0.5				
		湯麵		蔬菜(份)	5				
		稀飯:糙米粥		水果(份)	0				
				油脂(份)	5				
				熱量(大卡)	1732.5				

國軍退除役官兵輔導委員會 板橋榮譽國民之家菜單(長樂、祥和)(日照中心午餐)					
114年2月10日 ~ 114年2月16日					
日期 星期	早 餐	午 餐	晚 餐	熱量分析	
	菜 名	菜 名	菜 名	種類	份數
星期一 2月10日	鹹粥 饅頭 豆漿 肉鬆 韭菜炒蛋 季節時菜	淋汁炸多利魚 紅燒雞肉 三色豆洋芋丁 季節時菜 紫菜蛋花湯 湯麵  稀飯：麥片粥	鮮炒雞肉 黃豆燒肉 粉絲木耳炒高麗菜 季節時菜 冬菜蘿蔔湯 湯麵	主食類(份)	12.7
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	1
				魚肉雞類(份)	4.5
				蛋類(份)	1
				蔬菜(份)	4.5
				水果(份)	0
				油脂(份)	5
				熱量(大卡)	1769
				星期日	1769
星期二 2月11日	清粥 饅頭 豆漿 滷花生麵筋 木耳炒蛋 季節時菜	快樂餐 紅燒牛肉 絞肉蒸蛋 酸菜干丁 季節時菜 紅燒牛肉湯  稀飯：清粥	香腸片 冬瓜滷雞 蔥洋芋木耳蛋酥 季節時菜 南瓜菇菇湯 湯麵	主食類(份)	12.3
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	1.5
				魚肉雞類(份)	4.5
				蛋類(份)	1.7
				蔬菜(份)	4
				水果(份)	0
				油脂(份)	6
				熱量(大卡)	1863.5
				星期日	1863.5
星期三 2月12日 元宵節	八寶粥 豆沙包 豆漿 海帶絲干絲韭菜 時蔬炒蛋 季節時菜	滷里肌肉排 蜜汁鯛魚 茄汁蝦仁豆腐 季節時菜 五行蔬菜雞湯 湯麵  稀飯	軟炸白旗片 地瓜粉蒸肉 豆芽炒韭菜火腿絲 季節時菜 大鍋菜湯  麵片湯	主食類(份)	13
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	0.5
				魚肉雞類(份)	6
				蛋類(份)	1
				蔬菜(份)	4
				水果(份)	0
				油脂(份)	5
				熱量(大卡)	1852.5
				星期日	1852.5
星期四 2月13日 上旬加菜	清粥 饅頭 豆漿 嫩薑片 番茄炒蛋 季節時菜	五花肉片 椒鹽白帶魚 明太子雞翅 翡翠蝦仁蒸蛋 奶黃流沙包 季節時菜 玉米濃湯 水果.飲料 清粥	獅子頭 蘿蔔燒雞 枸杞蒸南瓜塊 季節時菜 黃瓜大骨湯 湯麵	主食類(份)	14.5
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	0
				魚肉雞類(份)	8.5
				蛋類(份)	1.5
				蔬菜(份)	3.5
				水果(份)	1
				油脂(份)	6
				熱量(大卡)	2237.5
				星期日	2237.5
星期五 2月14日	清粥 饅頭 豆漿 干丁碎脯 時蔬炒蛋 季節時菜	快樂餐 花雕雞飯 蘿蔔肉羹 蔥炒蛋 季節時菜 味噌湯  稀飯：清粥	豆鼓蒸多利魚 芋頭燒雞 梅干筍茸豬油麵筋 季節時菜 冬瓜肉羹湯 湯麵	主食類(份)	13
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	0.5
				魚肉雞類(份)	4.5
				蛋類(份)	1
				蔬菜(份)	5
				水果(份)	0
				油脂(份)	5.5
				熱量(大卡)	1787.5
				星期日	1787.5
星期六 2月15日	清粥 饅頭 豆漿 蔭瓜 紅蘿蔔炒蛋 季節時菜	青椒雞肉(彩椒) 日式淋醬豆腐(柴魚醬汁) 西芹洋蔥甜不辣 季節時菜 大鍋菜湯  大滷麵  稀飯	上肉片 鮮炒土魷魚丁 茄汁豆包 季節時菜 蘿蔔大骨湯 湯麵	主食類(份)	12
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	2
				魚肉雞類(份)	4.5
				蛋類(份)	1
				蔬菜(份)	4.5
				水果(份)	0
				油脂(份)	5
				熱量(大卡)	1795
				星期日	1795
星期日 2月16日	清粥 南瓜饅頭 豆漿 炒紅白蘿蔔絲 時蔬炒蛋 季節時菜	鮮炒雞柳 瓜子肉 蔥香菇冬粉豆干絲 季節時菜 鮮菇養生湯 湯麵  稀飯：糙米粥	清蒸鯛魚 大黃瓜鮮菇雞柳 三色豆蝦仁 季節時菜 青菜豆皮捲湯 湯麵	主食類(份)	12.4
				豆漿(260cc)	1
				豆類(份)	0.2
				魚肉雞類(份)	4.5
				蛋類(份)	1
				蔬菜(份)	5
				水果(份)	0
				油脂(份)	5
				熱量(大卡)	1700.5
				星期日	1700.5

國軍退除役官兵輔導委員會 板橋榮譽國民之家菜單(長樂、祥和)(日照中心午餐)

114年2月17日 ~ 114年2月23日

日期 星期	早 餐		午 餐		晚 餐		熱量分析	
	菜 名	菜 名	菜 名	菜 名	種 類	份 數	種 類	份 數
星期一 2月17日 (休市)	廣東粥 饅頭 豆漿 梅干筍茸 肉鬆 季節時菜	橙汁鯛魚 沙茶肉片 蒸南瓜 季節時菜 青木瓜大骨湯 湯麵  稀飯	油腐燒肉 時蔬虱目魚柳 炒三絲 季節時菜 味噌湯 湯麵	主食類(份)	13	主類(份)	13	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	1	
				豆類(份)	1	魚肉雞類(份)	5	
				魚肉雞類(份)	5	蛋類(份)	1	
				蛋類(份)	1	蔬菜(份)	5	
				蔬菜(份)	5	水果(份)	0	
				水果(份)	0	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1840	
				熱量(大卡)	1840			
星期二 2月18日	清粥 饅頭 豆漿 鍋貼 蕃茄蔥炒蛋 季節時菜	叉燒里肌排 蝦仁蒸蛋 涼薯木耳 季節時菜 玉米濃湯  稀飯：清粥	豆鼓蒸白旗片 芋頭燒雞 白蘿蔔紅絲木耳 季節時菜 冬瓜雞肉湯 湯麵	快樂餐	13.5	主類(份)	13.5	
				主類(份)	13.5	豆漿(260cc)	1	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	0	
				豆類(份)	0	魚肉雞類(份)	4	
				魚肉雞類(份)	4	蛋類(份)	1	
				蛋類(份)	1	蔬菜(份)	5	
				蔬菜(份)	5	水果(份)	0	
				水果(份)	0	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1725	
				熱量(大卡)	1725			
星期三 2月19日	清粥 芝麻包 豆漿 白薑片 時蔬炒蛋 季節時菜	蜜汁翅小腿(碎泥：炒雞肉) 韭菜豆皮肉片 青花雙菇 季節時菜 黃瓜丸子湯 湯麵  稀飯	五香干燒肉 韭菜百頁丁炒雞茸 青豆玉米火腿丁 季節時菜 青菜豆皮捲湯 湯麵	主類(份)	12.5	主類(份)	12.5	
				主類(份)	12.5	豆漿(260cc)	1	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	1	
				豆類(份)	1	魚肉雞類(份)	5	
				魚肉雞類(份)	5	蛋類(份)	1	
				蛋類(份)	1	蔬菜(份)	5	
				蔬菜(份)	5	水果(份)	0	
				水果(份)	0	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1805	
				熱量(大卡)	1805			
星期四 2月20日	清粥 饅頭 豆漿 拌芹菜干絲海帶絲 時蔬炒蛋 季節時菜	時蔬炒雞肉 雙色粉蒸肉 鮮菇燴豆腐 季節時菜 冬瓜大骨湯 湯麵 水果  稀飯	上肉片 蔥燒雞丁 白菜滷 季節時菜 蕃茄蛋花湯 湯麵	主類(份)	13	主類(份)	13	
				主類(份)	13	豆漿(260cc)	1	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	1.3	
				豆類(份)	1.3	魚肉雞類(份)	5	
				魚肉雞類(份)	5	蛋類(份)	0.5	
				蛋類(份)	0.5	蔬菜(份)	4.5	
				蔬菜(份)	4.5	水果(份)	1	
				水果(份)	1	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1872.5	
				熱量(大卡)	1872.5			
星期五 2月21日	清粥 饅頭 豆漿 豆腐乳 木耳炒蛋 季節時菜	青豆玉米雞茸炒飯 蜜汁豆干 韭菜炒花枝丸片 季節時菜 紫菜青菜豆腐湯 湯麵  稀飯	淋汁多利魚 冬瓜燒肉 蘿蔔肉羹鮮香菇 季節時菜 大鍋菜湯 湯麵	快樂餐	12	主類(份)	12	
				主類(份)	12	豆漿(260cc)	1	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	1.5	
				豆類(份)	1.5	魚肉雞類(份)	4.5	
				魚肉雞類(份)	4.5	蛋類(份)	1	
				蛋類(份)	1	蔬菜(份)	5.5	
				蔬菜(份)	5.5	水果(份)	0	
				水果(份)	0	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1782.5	
				熱量(大卡)	1782.5			
星期六 2月22日	清粥 饅頭 豆漿 雪菜炒豆包 紅蘿蔔炒蛋 季節時菜	滷里肌肉排 青椒雞丁 紅燒豆腐 季節時菜 鮮菇養生湯  稀飯	時蔬雞肉 黃豆燒肉 炒三絲 季節時菜 冬瓜魚丸湯 湯麵	麵片湯	12	主類(份)	12	
				主類(份)	12	豆漿(260cc)	1	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	2.5	
				豆類(份)	2.5	魚肉雞類(份)	4.5	
				魚肉雞類(份)	4.5	蛋類(份)	1	
				蛋類(份)	1	蔬菜(份)	5	
				蔬菜(份)	5	水果(份)	0	
				水果(份)	0	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1845	
				熱量(大卡)	1845			
星期日 2月23日	清粥 紅糖饅頭 豆漿 香滷麵筋 時蔬炒蛋 季節時菜	滷肉燥(干丁) 大黃瓜肉羹 紅燒茄子 季節時菜 四神大骨湯 湯麵  稀飯	糖醋鯛魚 鮮炒雞肉 鮮菇炒芥菜 季節時菜 冬菜蘿蔔湯 湯麵	主類(份)	12.2	主類(份)	12.2	
				主類(份)	12.2	豆漿(260cc)	1	
				豆漿(260cc)	1	豆類(份)	1	
				豆類(份)	1	魚肉雞類(份)	4.5	
				魚肉雞類(份)	4.5	蛋類(份)	1	
				蛋類(份)	1	蔬菜(份)	5.5	
				蔬菜(份)	5.5	水果(份)	0	
				水果(份)	0	油脂(份)	5	
				油脂(份)	5	熱量(大卡)	1759	
				熱量(大卡)	1759			

國軍退除役官兵輔導委員會 板橋榮譽國民之家菜單(長樂、祥和)(日照中心午餐)

114年2月24日 ~ 114年3月2日

日期	早 餐		午 餐		晚 餐		熱量分析		
	星期	菜 名	菜 名	菜 名	菜 名	種類	份數		
星期一 2月24日		鹹粥 饅頭 豆漿 蔴瓜 韭菜炒蛋 季節時菜	魚露蒸多利魚 南瓜燒肉 白菜燒豆皮 季節時菜 青木瓜大骨湯 湯麵  稀飯		紅藜麥珍珠丸 鮮炒土魷魚丁 粉絲木耳香菜 季節時菜 海芽蛋花湯 湯麵	主食類(份)	13.2		
						豆漿(260cc)	1		
						豆類(份)	0.5		
						魚肉雞類(份)	5		
						蛋類(份)	1		
						蔬菜(份)	5.5		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1829		
星期二 2月25日		清粥 饅頭 豆漿 海帶絲干絲韭菜 時蔬炒蛋 季節時菜	快樂餐 蜜汁鯛魚 府城蝦捲 蒜泥五香干 季節時菜 酸辣湯 酸辣麵 清粥		梅干扣肉 冬瓜雞肉 木耳鮮菇燒油腐 季節時菜 梅干肉羹湯 湯麵	主食類(份)	12		
						豆漿(260cc)	3		
						豆類(份)	2.2		
						魚肉雞類(份)	3.5		
						蛋類(份)	1.2		
						蔬菜(份)	4		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1847.5		
星期三 2月26日		清粥 豆沙包 豆漿 韭菜豆皮 木耳炒蛋 季節時菜	日式白旗片 時蔬肉片 雙色花椰菜 季節時菜 玉米濃湯 湯麵  稀飯		蔥油雞排 黃豆燒肉 炒三絲 季節時菜 紫菜時蔬蛋花湯  麵片湯	主食類(份)	12.2		
						豆漿(260cc)	1		
						豆類(份)	1.5		
						魚肉雞類(份)	4.5		
						蛋類(份)	1		
						蔬菜(份)	5		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1784		
星期四 2月27日 慶生會		清粥 饅頭 豆漿 滷百頁豆腐 番茄炒蛋 季節時菜	五花肉片+白麵線 三杯鱸魚豆腐 紅豆紫米 黑白雙耳西芹肉片 蔥花滑蛋牛肉絲 翡翠蝦仁蒸蛋 冬瓜薏仁海結排骨湯 水果/飲料 清粥		獅子頭 榨菜干片炒雞柳 三色豆洋芋丁 季節時菜 味噌湯 湯麵	主食類(份)	13.2		
						豆漿(260cc)	1		
						豆類(份)	3		
						魚肉雞類(份)	7		
						蛋類(份)	1.2		
						蔬菜(份)	4.5		
						水果(份)	1		
						油脂(份)	6		
						熱量(大卡)	2261.5		
星期五 2月28日		清粥 饅頭 豆漿 豆腐乳 蔥炒蛋 季節時菜	快樂餐 沙茶肉片飯 薑絲蒸白旗 雙喜燒賣 季節時菜 四神大骨湯 湯麵  清粥		清蒸多利魚 紅燒雞肉 蔥炒豆薯木耳蛋酥 季節時菜 筍絲大骨湯 湯麵	主食類(份)	12.3		
						豆漿(260cc)	1		
						豆類(份)	0		
						魚肉雞類(份)	5		
						蛋類(份)	1.2		
						蔬菜(份)	5		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1731		
星期六 3月1日		清粥 饅頭 豆漿 塔香麵腸 時蔬炒蛋 季節時菜	時蔬土魷魚丁 地瓜粉蒸肉 紅燒豆腐 季節時菜 白菜魚板豆皮湯  大滷麵 稀飯		豆鼓蒸白旗片 香腸炒洋蔥 芋頭青豆絞肉 季節時菜 海芽青菜蛋花湯 湯麵	主食類(份)	13.5		
						豆漿(260cc)	1		
						豆類(份)	2		
						魚肉雞類(份)	5		
						蛋類(份)	0.5		
						蔬菜(份)	4		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1887.5		
星期日 3月2日		清粥 芋頭饅頭 豆漿 福菜百頁豆腐 時蔬炒蛋 季節時菜	淋汁多利魚 紅燒牛肉 雞捲炒洋蔥青椒 季節時菜 鮮菇養生湯 湯麵  稀飯		叉燒里肌肉排 大黃瓜燴肉羹鮮菇 豆干木耳香菜 季節時菜 冬瓜大骨湯 湯麵	主食類(份)	12		
						豆漿(260cc)	1		
						豆類(份)	1.5		
						魚肉雞類(份)	5		
						蛋類(份)	1		
						蔬菜(份)	5.5		
						水果(份)	0		
						油脂(份)	5		
						熱量(大卡)	1820		