

日期	星期	早點	午餐					午點	主食類 (份)	豆肉魚蛋 (份)	蔬菜 (份)	水果 (份)	奶類 (份)	油脂 (份)	熱量 (Kcal)
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品								
10月1日	三	◆蛋花湯餃 水餃*3.蛋.紫菜	香菇肉燥飯+地瓜粒+應青+薑絲冬瓜湯 絞肉.洋蔥.香菇+地瓜粒*2+應青+冬瓜.大骨					水果拼盤 水果2種	5.2	2.2	1.3	1	0	2	712
10月2日	四	◆慶生蛋糕 慶生蛋糕	地瓜飯	日式燒肉 肉片.洋蔥.蛋.海苔絲	△開陽瓠瓜 瓠瓜.蝦米.木耳	應青	洋芋肉絲湯 馬鈴薯.肉絲	水果拼盤 水果2種	5	2.4	1.5	1	0	2.3	731
10月3日	五	水果拼盤 水果2種	◎台式炒麵+翅小腿+應青+玉米海根湯 黃油麵.高麗菜.紅蘿蔔.木耳+調理翅小腿*2+應青+玉米粒.海根.大骨					◎鹹奶油餐包+鮮乳	4.8	1.5	1.2	1	0.8	2	725
10月6日	一	中秋連假													0
10月7日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	瓜仔肉燥 絞肉.碎花瓜.洋蔥	腐皮白菜 大白菜.角螺.紅蘿蔔	應青	味噌湯 味噌.豆腐.柴魚片	⊕古早味豆花 豆花.水煮花生.綠豆	4.6	2.5	1.6	1	0	2.2	709
10月8日	三	◆廣東粥 絞肉.蛋.高麗菜.三丁	◆玉米蛋炒飯+香滷雞排+應青+蕃茄豆腐湯 玉米粒.紅蘿蔔.洋蔥.蛋+生鮮雞排+應青+蕃茄.豆腐.大骨					水果拼盤 水果2種	5.5	2.5	1	1	0	2	748
10月9日	四	水果拼盤 水果2種	五穀飯	三杯雞 雞丁.玉米筍.紅蘿蔔.	鮮蔬粉絲 冬粉.絞肉.高麗菜.木耳	應青	白玉黑輪湯 白蘿蔔.黑輪	◎果醬吐司+鮮乳	5	1.6	1.4	1	0.8	2	751
10月10日	五	雙十國慶 													0
10月13日	一	◎水煎包+枸杞茶	芝麻飯	紅燒豆腐 豆腐.紅蘿蔔.玉米筍	◆香菇蒸蛋 香菇.蛋	應青	紅棗青瓜湯 青木瓜.紅棗	水果拼盤 水果2種	4.8	1.8	1.4	1	0.3	2	692
10月14日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	沙茶豬柳 豬柳.洋蔥.沙茶醬	花菜什錦 青花菜.玉米筍.鮑菇	應青	◆紫菜蛋花湯 紫菜.蛋	◎芋泥包+鮮乳	5	1.5	1.6	1	0.8	2	749
10月15日	三	◆瓠瓜鹹粥 絞肉.蛋.瓠瓜.木耳	◎義大利麵+快樂拼盤+炒青花+◆玉米濃湯 螺旋麵.絞肉(少).洋蔥.三丁.蕃茄.蕃茄醬+雞塊*2.地瓜薯條+青花菜+玉米粒.洋蔥.馬鈴薯.蛋.奶水					水果拼盤 水果2種	5.2	1.8	1.2	1	0	2	679
10月16日	四	蒸蘿蔔糕	地瓜飯	冬瓜燒雞 雞丁.冬瓜	△小瓜甜條 小黃瓜.洋蔥.甜條	應青	蘿蔔大骨湯 白蘿蔔.大骨	水果拼盤 水果2種	5.6	1.5	1.7	1	0	2	697
10月17日	五	水果拼盤 水果2種	◆肉絲炒飯+三角油腐+應青+黃瓜肉絲湯 肉絲.三丁.洋蔥.洗選蛋+三角油腐+應青+大黃瓜.肉絲					◎可頌+鮮乳	5	2.2	1.1	1	0.8	2	789
10月20日	一	◎餛飩湯 餛飩*3.小白菜.紫菜	海苔飯	海結干丁 海帶結.黑干丁	◆紅娘炒蛋 紅蘿蔔.蛋	應青	冬菜粉絲湯 冬菜.冬粉.大白菜	水果拼盤 水果2種	4.6	2.4	1.6	1	0	2	692
10月21日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	洋蔥肉條 豬柳.洋蔥	黃瓜鮮燴 大黃瓜.香菇.紅蘿蔔	應青	大滷湯 豆腐.筍絲.金針菇.木耳	地瓜甜湯 地瓜.全白QQ	5.2	1.5	1.8	1	0	2	672
10月22日	三	◆雞蛋麵線 麵線.高麗菜.蛋	◎中華炒麵+△虱目魚柳條+應青+◆海芽蛋花湯 白油麵.高麗菜.紅蘿蔔.木耳.肉絲+虱目魚柳條*2+應青+海帶芽.蛋					水果拼盤 水果2種	4.7	2.2	1.2	1	0	2	674
10月23日	四	水果拼盤 水果2種	燕麥飯	麻油肉片 肉片.高麗菜.枸杞	鐵板銀芽 黃豆芽.豆包.彩椒	應青	枸杞冬瓜湯 冬瓜.枸杞.大骨	◎黑糖餐包+鮮乳	5	2	1.6	1	0.8	2	786
10月24日	五	光復節補假													0
10月27日	一	貢丸湯 貢丸*2.白蘿蔔	小米飯	麻婆豆腐 豆腐.三丁.鮑菇	◆洋蔥炒蛋 洋蔥.蛋	應青	肉骨茶湯 肉骨茶包.白蘿蔔.香菇	水果拼盤 水果2種	4	2.5	1.6	1	0	2	658
10月28日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	馬鈴薯燉肉 絞肉.馬鈴薯	△冬瓜燴魚羹 冬瓜.魚羹條.紅蘿蔔	應青	味噌鮮蔬湯 味噌.海帶芽.洋蔥.大骨	紅豆西米露 紅豆.西谷米.椰漿	5.2	1.6	1.2	1	0	2	664
10月29日	三	鮑菇鹹粥 鮑菇.絞肉.高麗菜.紅蘿蔔	客家炒米粉+香滷豬排+應青+◆黃瓜蛋花湯 細米粉.高麗菜.紅蘿蔔.木耳+蒜味豬排+應青+大黃瓜.蛋					水果拼盤 水果2種	5	2.2	1.5	1	0	2	703
10月30日	四	◎燒賣*3	薏仁飯	醬爆雞丁 清肉片(雞).米血.鮑菇	玉米干丁 玉米粒.干丁.紅蘿蔔	應青	蔬菜菇菇湯 高麗菜.金針菇.木耳.大骨	水果拼盤 水果2種	4.6	2.5	1.1	1	0	2	687
10月31日	五	水果拼盤 水果2種	豬肉燴飯+滷雙寶+應青+榨菜肉絲湯 肉片.高麗菜.紅蘿蔔.木耳.玉米筍+五香豆干.海帶片+應青+榨菜絲.肉絲.冬粉					◎起司條麵包+鮮乳	5	2.1	1.4	1	0.8	2	789

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉皆使用具CAS證明之產品 ※本產品含有過敏原(△海鮮類/◆蛋品類/◎麩質類/⊕花生)，不適合對其過敏體質者食用