



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								
6月1日	一	關東煮 柴魚片,黑輪,蘿蔔,豆腐,玉米段	藜麥飯	麻婆豆腐 豆腐,三丁,香菇	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔,蛋	應青	薑絲冬瓜湯 冬瓜,薑	水果拼盤 水果2種	3	2	1	1	0	2	534
6月2日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	壽喜燒 肉片,洋蔥,百頁豆腐	腐皮高麗菜 高麗菜,豆包,紅蘿蔔	應青	竹筍肉絲湯 竹筍,肉絲	仙草米苔目 仙草,米苔目	3	2.2	2	1	0	2	556
6月3日	三	餛飩湯 餛飩*3,小白菜,紫菜	肉絲炒麵+滷蛋+應青+黃瓜大骨湯 白油麵,肉絲,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+滷蛋+應青+大黃瓜,大骨					水果拼盤 水果2種	3.2	2.5	1	1	0	2	588
6月4日	四	★慶生會 慶生蛋糕	紫米飯	蔥爆雞丁 骨腿,洋蔥,蔥	鮮蔬粉絲 冬粉,高麗菜,絞肉,紅蘿蔔	應青	蕃茄豆腐湯 蕃茄,豆腐,大骨	水果拼盤 水果2種	3.8	2	1	1	0	2	637
6月5日	五	水果拼盤 水果2種	高麗菜炊飯+蒲燒鯛魚+應青+紫菜蛋花湯 高麗菜,乾香菇,紅蘿蔔,豆包+蒲燒鯛魚+應青+紫菜,蛋					紅豆餐包+鮮乳	3.5	2	1	1	1	2	655
6月8日	一	乾拌水餃*5	芝麻飯	蔥爆干片 豆干片,洋蔥,紅蘿蔔,蔥	金菇蒸蛋 金針菇,蛋	應青	玉米鮮湯 玉米段	水果拼盤 水果2種	3.7	2.7	1	1	0	2	625
6月9日	二	水果拼盤 水果2種	胚芽飯	打拋豬 絞肉,洋蔥,蕃茄,九層塔	黃瓜燴菇 大黃瓜,鮑菇,紅蘿蔔	應青	青菜蛋花湯 小白菜,蛋	芋泥包+鮮乳	3.5	1.4	2	1	1	2	630
6月10日	三	廣東粥 絞肉,蛋,高麗菜,三丁	義大利麵+麥克雞塊+青花菜+玉米濃湯 螺旋麵,絞肉(少),洋蔥,三丁,蕃茄,番茄醬+雞塊*2+應青+玉米粒,馬鈴薯,洋蔥,蛋,奶水					水果拼盤 水果2種	4	2	1	1	0	2	615
6月11日	四	鳳梨雞湯 雞丁,鳳梨,冬瓜,紅棗	燕麥飯	魚丁燴豆腐 魚丁,豆腐,豆豉	花菜什錦 青花菜,玉米筍,紅蘿蔔	應青	冬瓜丸子湯 冬瓜,貢丸	水果拼盤 水果2種	2.5	2.7	2	1	0	2	566
6月12日	五	水果拼盤 水果2種	什錦炒飯+滷油腐+應青+味噌海芽湯 玉米粒,火腿丁,肉絲,蛋,洋蔥+三角油豆腐+應青+味噌,海帶芽					可頌+鮮乳	3.5	1.9	1	1	1	2	642
6月15日	一	鮮蔬麵線湯 白麵線,高麗菜,香菇,枸杞	小米飯	麻油凍豆腐 凍豆腐,高麗菜,枸杞	蕃茄炒蛋 蕃茄,蛋	應青	養生山藥湯 山藥,枸杞,紅棗	水果拼盤 水果2種	3.7	1.6	1	1	0	2	555
6月16日	二	燒賣*3	糙米飯	三杯雞 骨腿,米血,鮑菇,九層塔	開陽瓠瓜 瓠瓜,木耳,蝦米	應青	大滷湯 豆腐,筍絲,金針菇,紅蘿蔔	水果拼盤 水果2種	3.5	2.3	2	1	0	2	596
6月17日	三	玉米瘦肉粥 玉米粒,絞肉,紅蘿蔔,蛋	客家炒米粉+無骨雞排+應青+蘿蔔大骨湯 米粉,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+無骨雞排+應青+白蘿蔔,大骨					水果拼盤 水果2種	3.7	2.1	2	1	0	2	595
6月18日	四	水果拼盤 水果2種	薏仁飯	筍乾燒肉 豬柳,筍干,梅干菜	冬瓜鮮燴 冬瓜,黑輪,紅蘿蔔	應青	羅宋湯 高麗菜,蕃茄,洋蔥,大骨	起司條麵包+鮮乳	3.5	1.5	2	1	1	2	640
6月19日	五	端午節休假													0
6月22日	一	水煮玉米*2	芝麻飯	香滷豆腐 手工豆腐	西班牙炒蛋 馬鈴薯,蕃茄,彩椒,蛋	應青	蔬菜菇湯 高麗菜,金針菇,木耳	水果拼盤 水果2種	3.8	1.7	1	1	0	2	560
6月23日	二	水果拼盤 水果2種	胚芽飯	飄香肉燥 絞肉,洋蔥,香菇	炒雙花 青花菜,白花菜,紅蘿蔔	應青	南瓜肉絲湯 南瓜,肉絲	銀絲捲+鮮乳	3.7	1.4	2	1	1	2	639
6月24日	三	肉燥拌麵 白扁麵,絞肉,豆芽菜	豬肉燴飯+滷雙寶+應青+海芽蛋花湯 肉片,高麗菜,紅蘿蔔,玉米筍,+五香豆干,海帶片+應青+海帶芽,蛋					水果拼盤 水果2種	3.8	2.2	1	1	0	2	602
6月25日	四	貢丸湯 貢丸*2,蘿蔔	五穀飯	親子丼 清雞丁,洋蔥,蛋,海苔絲	田園玉米 玉米粒,毛豆,紅蘿蔔	應青	黃瓜鮮菇湯 大黃瓜,香菇,大骨	水果拼盤 水果2種	2.8	2.5	1	1	0	2	560
6月26日	五	水果拼盤 水果2種	日式炒烏龍+紅燒獅子頭+應青+味噌湯 烏龍麵,肉絲(少)小白菜,紅蘿蔔,木耳+獅子頭,高麗菜,香菇+應青+味噌,豆腐,柴魚片					奶黃餐包+鮮乳	3.5	2	1	1	1	2	660
6月29日	一	小籠包*3	麥片飯	柴香滷味 白蘿蔔,黑豆干,紅蘿蔔,鮑菇	洋蔥炒蛋 洋蔥,蛋	應青	冬菜粉絲湯 冬菜,蒲瓜,冬粉	水果拼盤 水果2種	3.3	2.7	1	1	0	2	610
6月30日	二	水果拼盤 水果2種	糙米飯	洋芋燻肉 豬柳,馬鈴薯	蛋酥高麗菜 高麗菜,蛋,紅蘿蔔	應青	薑絲冬瓜湯 冬瓜,大骨	結業式停餐	2.5	1.4	2	1	0	2	466