

星期	一			二			三			四			五			六			日			
日期	1月22日	配料	數量	1月23日	配料	數量	1月24日	配料	數量	1月25日	配料	數量	1月26日	配料	數量	1月27日	配料	數量	1月28日	配料	數量	
早餐	鹹粥	甘藍 紅蘿蔔絲 肉絲	5 1 3	饅頭	麵粉 糖 蛋	32 適量 30個	肉絲湯 紅	肉絲 白麵 青菜	1 5 6	清粥	米		饅頭	麵粉 糖 蛋	32 適量 30個	鹹粥	肉絲 芋頭	3 10	鹹粥	肉絲 皮蛋	3 100顆	
				豆漿	黃豆 糖	15 適量				什錦菜 嫩薑	什錦菜 嫩薑	1 1	豆漿	黃豆 糖	15 適量							
				桔子醬	桔子醬					少年:蔥 花炒蛋	蔥花 蛋	2 1	草莓醬	草莓醬								
	少年:荷 包蛋	雞蛋	6								沙拉油	1	少年:滷 蛋	雞蛋	6							
		沙拉油	少許											醬油	適量						沙拉油	少許
午餐	花椰菜 炒肉絲	花椰菜 肉絲 醬油 沙拉油	10 36 適量 少許	椒鹽雞 腿	椒鹽 雞腿 沙拉油	適量 40 少許	雞翅	雞翅 油炸油	36 適量	白口魚	魚 沙拉油	5 少許	瓜仔肉 絲	肉絲 花瓜 沙拉油	36 9 少許	紅燒鴨 肉	醬油 鴨肉 沙拉油	少許 1 少許	梅干肉 片	梅干 豬肉 醬油	6 36 適量	
	紅燒豬 腳	豬腳 醬油 沙拉油	24 3 少許	螞蟻上 樹	冬粉 芝麻 沙拉油	適量 24	麻婆豆 腐	花椒 豆腐 醬油 沙拉油	適量 少許 少許	雞塊	油炸油 雞塊	適量 36	酸菜炒 番茄	酸菜 番茄 沙拉油	30 10 少許	苦瓜炒 蛋	苦瓜 蛋 沙拉油	1 3 1	香腸	香腸 沙拉油	1 少許	
	炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬		炒鮮蔬			炒鮮蔬		炒鮮蔬		炒鮮蔬		炒鮮蔬		炒鮮蔬		
	西米露 QQ湯	西米露 QQ圓 砂糖	6 4 適量	胡瓜紅 蘿蔔湯	胡瓜 紅蘿蔔	10 1	苦瓜貢 丸湯	苦瓜 貢丸	10 5	枸杞木 耳湯	枸杞 木耳 糖	適量 適量 少許	馬鈴薯紅 蘿蔔排骨 湯	紅蘿蔔 馬鈴薯 排骨 太白粉	6 6 3 適量	玉米排 骨湯	排骨 玉米	適量	紅豆 QQ湯	紅豆 砂糖 QQ	適量 適量 適量	
	少年:榨 菜肉絲	榨菜 肉絲 沙拉油	3 3 少許	少年:甜 不辣	甜不辣 胡椒粉 油炸油	3 1 適量	少年:香 菇甘藍	香菇 甘藍 沙拉油	0.5 2 少許	少年:甜 椒炒肉絲	沙拉油 甜椒 肉絲	少許 14 3	少年:洋 蔥炒肉 絲	洋蔥 肉絲 沙拉油	3 1 少許	少年:滷 油豆包	滷包 醬油 油豆包	3 適量 13	少年: 香酥蝦 捲	蝦捲 油炸油	3 適量	
梅干肉 角	梅干 肉角 沙拉油	2 8 少數	粉蒸肉	豬肉 沙拉油 蒸肉粉	36 少許 6	貢丸肉 角	醬油 貢丸 肉角 沙拉油	少許 1 3 少許	辣炒豆 干絲	醬汁 百頁 沙拉油 辣椒 雞丁	適量 36 少許 適量 適量	紅燒獅 子頭	蘿蔔 肉角 沙拉油	10 36 少許	紅燒雞 丁	醬油 沙拉油 雞丁	適量 少許 36	椒鹽肉 角	胡椒 肉角 沙拉油	1 5 少許		
韭菜黃	肉絲	9	玉米炒	玉米 蛋	45 36	洋蔥炒	洋蔥 肉絲	6 12	宮保雞 丁	宮保 雞丁	15	辣炒豆	沙拉油 辣椒醬	少許 適量	香酥春	油炸油 春捲	適量 36	開陽白	白菜	少許		

晚餐	炒肉絲	韭菜 沙拉油	35 少許	蛋 -----	沙拉油	少許	肉絲	沙拉油	少許	白胡椒 少許	沙拉油	少許	干	豆干	36	捲		菜	沙拉油	20
	炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬		炒鮮蔬		
	冬瓜湯	冬瓜 薑絲	10 3	蘿蔔排 骨湯	蘿蔔 排骨	3 7	味噌湯	豆腐 味噌	6 3	冬瓜湯	冬瓜 薑片	10 少許	竹筍排 骨湯	竹筍 排骨	1.5 30 個	胡瓜肉 絲湯	胡瓜 肉絲	3 3	什錦白 菜湯	白菜