

星期	一			二			三			四			五			六			日			
日期	3月5日	配料	數量	3月6日	配料	數量	3月7日	配料	數量	3月8日	配料	數量	3月9日	配料	數量	3月10日	配料	數量	3月11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	清粥	白米		肉絲湯麵	肉絲 白菜 麵條	3 6 40	饅頭	麵粉 糖 蛋	32 適量 30個	鹹粥	肉絲 蔬菜類	3 10	皮蛋瘦 肉	肉絲 皮蛋	3 100顆	
				豆漿	黃豆 糖	15 適量	什錦菜	嫩薑	9				豆漿	黃豆 糖	15 適量							
				桔子醬	桔子醬								草莓醬	草莓醬								
	少年:荷包蛋	雞蛋	6				少年:蔥 花炒蛋	雞蛋	6				少年:滷 蛋	雞蛋	6							
		沙拉油	少許					沙拉油	少許					醬油	適量						沙拉油	少許
午餐	紅燒豬 柳	洋蔥 豬柳 醬油	10 39 適量 5	炒雞丁	醬油 雞丁 沙拉油	少許 40 少許	香酥雞 翅	雞翅 油炸油	36 適量	貢丸肉角	貢丸 沙拉油 醬油 肉角	5 少許 適量 40	瓜仔肉 絲	肉絲 花瓜 沙拉油	36 9 少許	香酥熱 狗	熱狗 油炸油	20 適量	梅干肉 片	梅干 豬肉 醬油	6 36 適量	
	蒜味豆 包	油豆包 蒜頭 沙拉油	24 3 少許	香酥魚 排	油炸油 調味漁排	適量 24	紹仔豆 腐	甜麵醬 豆腐 沙拉油	適量 36 少許	辣炒海帶 結	辣炒海帶 海帶 沙拉油	適量 36 少許	蜜汁南 瓜	南瓜 沙拉油	30 1 少許	白菜滷	紅蘿蔔絲 肉絲 木耳絲 包心白菜	1 3 1 40	椒鹽魷 魚絲	酸菜 麵腸 沙拉油	3 36 少許	
	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 青椒 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 少許	粉蒸肉	豬肉 沙拉油	36 少許	白口魚	白口魚 油炸油	30 適量	辣炒豆干 絲	醬汁 百頁 沙拉油 辣椒 雞丁 宮保	適量 36 少許 適量 適量 15	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	秋刀魚	雞翅			
韭菜花	肉絲	9	火腿丁	火腿丁 三色菜	45 36	竹筍炒	竹筍 肉絲	6 12	宮保雞丁			辣炒豆	沙拉油 辣椒醬	少許 適量	香酥春	油炸油 春捲	適量 36	洋蔥炒	沙拉油 洋蔥	少許 1		

晚餐	炒肉絲	韭菜 沙拉油	35 少許	炒三色	沙拉油	少許	肉絲	沙拉油	少許	青椒 沙拉油	5 少許	干	豆干	36	捲			肉絲	肉絲	20
	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	排骨湯	排骨	30 個	胡瓜肉 絲湯	胡瓜 肉絲	3 3	什錦白 菜湯	白菜