

星期	一			二			三			四			五			六			日			
日期	5月14日	配料	數量	5月15日	配料	數量	5月16日	配料	數量	5月17日	配料	數量	5月18日	配料	數量	5月19日	配料	數量	5月20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 蔬菜	3 10	清粥	白米		饅頭	麵粉 糖 蛋	32 適量 30個	清粥	白米		清粥	白米		
				豆漿	黃豆 糖	15 適量			9	什錦菜	什錦菜	12	豆漿	黃豆 糖	15 適量	辣什錦 肉鬆	辣什錦 肉鬆	12 12	香筍 花瓜	香筍 花瓜	12 12	
				果醬	桔子醬					嫩薑	嫩薑	12	果醬	果醬		水蒸蛋	雞蛋	40				
	少年:肉鬆	肉鬆	2				少年:肉鬆	肉鬆	2				少年:肉鬆	肉鬆	2							
																					沙拉油	少許
午餐	紅燒肉 角芋	沙拉油 肉角 醬油 芋頭	適量 39 適量 15	香酥秋 刀魚	秋刀魚 油炸油 鹽	30 適量 少許	宮保雞 丁	光雞 青椒 醬油 沙拉油	36 10 少許 少許	椒鹽白口 魚	白口魚 油炸油 胡椒鹽	30 適量 2	咖哩雞 丁	光雞 咖哩 馬鈴薯	36 3 10	香酥肉 魚	肉魚	36	梅干肉 角	梅干 豬肉 醬油	6 36 適量	
	玉米炒 蛋	玉米粒 雞蛋 沙拉油	30 40 少許	螞蟻上 樹	冬粉 胡蘿蔔 香油	30 10 少許	紹仔豆 腐	甜麵醬 豆腐 沙拉油	適量 36 少許	洋蔥炒蛋	洋蔥 雞蛋 沙拉油 醬油	36 30 少許 少許	榨菜炒	四川菜 肉絲 肉角 沙拉油	20 36 少許	白菜滷	油炸油 紅蘿蔔絲 肉絲 木耳絲 包心白菜	適量 1 3 1 40	調味魚 排	調味魚 油炸油	36 適量	
	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	酸辣湯	雞蛋 肉絲 木耳絲 紅蘿蔔	1 12 0.6 1	蘿蔔貢 丸湯	蘿蔔 貢丸	10 5	紅豆湯	紅豆 水 砂糖	適量 大量 適量	白蘿蔔魷 魚羹湯	白蘿蔔 魷魚 太白粉	6 6 適量	玉米排 骨湯	玉米 排骨	5 3	芋頭 砂糖 QQ	芋頭 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:青 椒炒肉 絲	青椒 肉絲 沙拉油	10 20 少許	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: 洋蔥炒 肉絲	洋蔥 沙拉油 肉絲	3 少許 3	
紅燒雞 丁	青椒 雞翅 沙拉油 醬油 肉絲	10 36 適量 適量 9	粉蒸肉	地瓜 豬肉 沙拉油	10 36 少許	瓜仔肉 絲	沙拉油 胡瓜 肉絲	少許 40 適量	豆干炒小 魚干	豆干 小魚干 大蒜 沙拉油 麵輪	36 30 3 少許 15	紅燒獅 子頭	蘿蔔 肉角 沙拉油 芋頭 火腿	10 36 少許 3 6	紅燒肉 片	醬油 沙拉油 肉片 洋蔥 百頁豆腐	適量 少許 36 5 36	三杯雞 丁	光雞 大蒜 薑葱 沙拉油 蝦捲	36 3 少許 少許 30		

晚餐	劍筍炒肉絲	劍筍 沙拉油	30 少許	蒜味豆包	大蒜 醬油 沙拉油	3 少許 適量	辣炒海帶結	辣椒 醬油 沙拉油	3 少許 少許	麵輪肉角	沙拉油 肉角 醬油	少許 36 適量	火腿丁 蒸蛋	雞蛋	40	辣炒百頁	辣椒 醬油 沙拉油	少許 少許 少許	香酥蝦捲	油炸油	適量
	炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬		
	大頭菜 貢片湯	球莖甘藍 貢丸 鹽	10 3 少許	冬瓜湯	冬瓜 薑片 鹽	10 3 少許	味噌湯	豆腐 味噌	6 3	冬瓜湯	冬瓜	10	金針排骨湯	金針 排骨	20 6	紅蘿蔔 排骨湯	馬鈴薯 紅蘿蔔 排骨	3 3 6	什錦白菜湯	白菜 木耳絲 紅蘿蔔 鹽 雞	6 適量 適量 適量