

星期	一			二			三			四			五			六			日			
日期	10月20日	配料	數量	10月21日	配料	數量	10月22日	配料	數量	10月23日	配料	數量	10月24日	配料	數量	10月25日	配料	數量	10月26日	配料	數量	
早餐	甘藍肉絲粥	甘藍 肉絲 蛋 米	10 6 10 20	鯖魚湯麵	鯖魚罐 青菜 麵條	6 6 20	銀絲卷/ 饅頭 豆漿	芋頭包 子 紅茶包	240 3	清粥	米 青菜心 辣什錦	24 9 9	肉包/甜 包子	包子	260	玉米肉絲 粥	玉米 米 肉絲	20 24 6	清粥	米	9	
							果醬	果醬	9	青菜心 辣什錦									麵筋 紅豆絲	紅豆絲	9	
	少年:水 煮蛋	雞蛋	30	少年:水 煮蛋	雞蛋	30	少年:水 煮蛋	雞蛋 青蔥 鹽	10 1 0.1	少年:蔥 花蛋	肉鬆	3	少年:炒 蛋	鹽 醬油 沙拉油	30 0.12 2	少年:水 煮蛋	雞蛋	30	少年:胡 蘿蔔絲 炒蛋	雞蛋 胡蘿蔔 鹽 沙拉油	10 1 0.1 少許	
午餐	簡食			香酥雞 排	雞排 地瓜粉 胡椒鹽 油炸油	24 1 1 少許	簡食			香酥吳郭 魚	吳郭魚 油炸油 胡椒鹽	40 適量 0	簡食	米粉 海鮮醬	24 18	蔥爆肉片	肉片 青蔥 鹽 沙拉油	24 1 0.1 少許	紅燒鴨	太空鴨 醬油 大蒜 胡椒鹽	24 3 1 2	
	黑胡椒 豬柳燴 飯	肉絲 黑胡椒粒 彩椒 鹽 沙拉油	26 1 10 0.2 少許	三色菜 炒蛋	雞蛋 鹽 醬油 沙拉油	10斤 0.2 少許 少許	肉絲炒 麵	米粉 肉絲 豆芽菜 鹽 醬油	24 6 9 0.2 適量	客家小炒	豆干 肉絲 鹽 醬油 沙拉油	36 9 0.2 少許 適量	肉醬炒米 粉	肉醬罐 肉絲 鹽 沙拉油	9 9 10 0.2 少許	開陽扁蒲	扁蒲 鹽	40 0.1	甘藍炒 肉絲	甘藍 肉絲 鹽 沙拉油	40 10 少許 少許	
	蘿蔔排 骨湯	蘿蔔 排骨 肩胛排	10 3	炒鮮蔬			炸蝦捲	蝦捲	30	炒鮮蔬			鹽酥雞	鹽酥雞	30	炒鮮蔬			炒鮮蔬			
				冰品: 枸杞木 耳湯	枸杞 白木耳 二砂	3 3 3	胡瓜魚 丸湯	胡瓜 魚丸 鹽	10 3 0.2	冰品:仙 草	仙草 二砂 春捲	36 3 6	冬瓜排骨 湯	冬瓜 排骨 鹽	10 6 少許	冰品:檸 檬愛玉	檸檬 愛玉 砂糖	1 36 3	蘿蔔排 骨湯	蘿蔔 排骨 鹽	10 1 0.2	
	少年:滷 雞翅	滷包 雞翅 醬油	1 3	少年:調 味魚排	魚排 油炸油	3 適量	少年:排 骨酥	排骨酥 油炸油	3 適量	少年:炸 春捲	油炸油	適量	少年:豆 干炒肉絲	豆干 肉絲 鹽 沙拉油	3 1 0.1 少許	少年:洋 蔥炒肉絲	洋蔥 肉絲 沙拉油 鹽	3 1 少許 0.2	少年:青 蔥炒肉 絲	青蔥 肉絲 鹽	2 1 0.1	
	豆辦雞 丁	豆瓣醬 光雞丁 鹽 沙拉油	3 36 0.2 少許	酸菜肉 片	酸菜 肉片 醬油 沙拉油 鹽	20 6 1 少許 0.2	紅燒雞 丁	光雞丁 彩椒 鹽 沙拉油	36 10 0.2 少許	豆鼓肉角	黑豆鼓 肉角 鹽 沙拉油	36 1 0.2 少許	蔥爆雞丁	青蔥 雞丁 醬油 鹽 沙拉油	3 26 3 0.1 少許	豆鼓排骨	小脯排 醬油 黑豆鼓 鹽 醬油 胡椒粉	30 10 1 0.2 6 2	瓜仔肉 燥	花瓜 絞肉 醬油 鹽 沙拉油	3 24 12 1 少許	

晚餐	洋蔥炒 培根	培根 洋蔥 鹽 沙拉油	10 20 0.2 少許	火腿丁 蒸蛋	火腿丁 鹽 醬油 沙拉油	10 0.2 少許	麻婆豆 腐	豆腐 辣豆瓣 鹽 沙拉油	36 3 0.1 少許	洋蔥炒蛋	洋蔥 雞蛋 鹽 沙拉油	36 10 0.2 少許	胡瓜魚丸	胡瓜 魚丸 鹽 沙拉油	30 6 1 少量	白菜滷	包心白 菜 鹽 沙拉油	40 6 0.2 少許	小黃瓜 炒肉片	小黃瓜 肉片 鹽 沙拉油	20 10 0.2 少許
	炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬			炒鮮蔬		
	玉米排 骨湯 <small>少年：麵 包配調味 料</small>	玉米 排骨 鹽	10 6 0.2	青菜蛋 花湯	青菜 雞蛋 鹽	30 6 0.2	苦瓜排 骨湯	苦瓜 排骨 鹽	10 3 0.1	金針排骨湯	金針 排骨 鹽	10 6 0.2	冰飲	綠茶 二砂	10 3	胡瓜魚丸 湯	胡瓜 魚丸 鹽	10 6 少許	冰飲	紅茶 二砂	10 3

|