

日期	活力早餐	午 餐	下 午 點 心
1/3(一)	枸杞當歸麵線	燕麥飯+咖哩洋芋+三色玉米蛋+金針菇小白 枸杞冬瓜湯(蘋果)	紅豆麥片粥
1/4(二)	雞絲麵	高纖麥片飯+蔭鳳梨蒸魚+培根洋蔥+杏菜吻仔魚 福州魚丸湯(柑橘)	茶葉蛋 養生茶
1/5(三)	玉米燕麥粥	香Q白米飯+冬菜燒雞+玉米火腿蛋+沙茶芥藍 韭香豬血湯(柑橘)	高鈣銀魚粥
1/6(四)	鹹蛋超人粥	韓式拌飯+炒年糕甜不辣+香炒空心菜 黃金蚬湯(芭樂)	肉燥細粉湯
1/7(五)	葡萄饅頭 豆漿	健康小米飯+蒜香雞肉煲+銀魚絲瓜粉絲+蒜香豆苗 海菜蛋花湯(芭樂)	奶油麵包 牛奶
1/10(一)	麻油麵線	營養糙米飯+香菇素肉燥+紫蘇梅苦瓜+香炒空心菜 青菜豆腐湯(香蕉)	臘八粥
1/11(二)	三色吐司 牛奶	五穀雜糧飯+檸汁雕魚+鐵板豆腐+蔥爆青江菜 三絲肉羹湯(香蕉)	鍋燒意麵
1/12(三)	蔬菜南瓜粥	營養糙米飯+香酥雞排+麻婆豆腐+番茄燴高麗菜 養生薏仁四神湯(蘋果)	芋圓燒仙草
1/13(四)	水餃 蛋花湯	義大利肉醬麵+馬鈴薯沙拉+青花椰菜 法式濃湯(蘋果)	滑蛋肉末粥
1/14(五)	黑糖饅頭 豆漿	五穀雜糧飯+果蔬雞丁+滷油豆腐+蝦香高麗菜 日式味噌湯(柳丁)	菜包 紫菜蛋花湯
1/17(一)	香菇麵線羹	香Q白米飯+香菇滷麵筋+木須竹筍+白花椰菜 金針湯(柳丁)	油豆腐細粉
1/18(二)	花生吐司 牛奶	高纖麥片飯+淋汁燒鯛魚+沙茶燜金菇+蝦香油菜 當歸蘿蔔湯(火龍果)	滋養銀耳甜湯
1/19(三)	什錦麵疙瘩	健康小米飯+香煎豬排+絞肉滷麵輪+開陽白菜 清燉冬瓜大骨湯(火龍果)	地瓜甜麥片
1/20(四)	蔬菜滑蛋粥	日式烏龍麵+麥克雞塊+餘香小白菜 蒲瓜籤骨湯(香瓜)	酸辣湯餃
1/21(五)	紅豆饅頭 豆漿	高纖麥片飯+紅糟肉片+大瓜黑輪+木須羅勒 虱目魚骨湯(香瓜)	小波蘿 枸杞菊花茶
1/22(六)	雞茸蔬菜粥	水餃+麥克雞塊 玉米濃湯	紅豆大麥粥
1/24(一)	雞蛋蔬菜麵	吉尼斯團圓大圍爐	玉米蘿蔔湯
1/25(二)	草莓吐司 牛奶	五穀雜糧飯+麻油素腰花+牛蒡炒豆干+乾扁四季豆 蕃茄蔬菜湯(香蕉)	薏仁綠豆湯
1/26(三)	蔬菜關廟麵	健康小米飯+蔥燒魚片+螞蟻上樹+蒜香青江菜 洋芋紅絲湯(香蕉)	肉末通心螺旋麵
1/27(四)	蘿蔔糕湯	什錦南瓜炒米粉+飄香滷蛋+魚香高麗菜 枸杞蔘雞骨湯(柑橘)	日式關東煮
1/28(五)	小餐包 養樂多	新春「福虎」賀吉祥 (上午 11:00 放學喔!)	

