

| 日期             | 活力早餐        | 午餐                                       | 下午點心         |
|----------------|-------------|------------------------------------------|--------------|
| 9/1(四)         | 香蔥麵線        | 高纖麥片飯+橙汁魚排+培根玉米蛋捲+蝦醬空心菜<br>虱目魚湯(木瓜)      | 黑糖甘藷圓仔湯      |
| 9/2(五)         | 銀絲卷<br>豆漿   | 健康小米飯+紅燒爌肉+肉燥寬粉+蒜香高麗菜<br>金針雞絲湯(蘋果)       | 茶葉蛋<br>蘿蔔湯   |
| 9/5(一)         | 麻油麵線        | 香香芝麻飯+洋菇燴素花枝+滷海帶豆干+紅絲油菜<br>芹香蘿蔔湯(香蕉)     | 什錦蔬菜粥        |
| 9/6(二)         | 花生三明治<br>牛奶 | 高纖麥片飯+酥炸雞排+滷味小黑輪+地瓜葉<br>金針雞絲湯(西瓜)        | 米苔目甜湯        |
| 9/7(三)         | 蘿蔔糕湯        | 台式炒麵+滷蛋+蒜香空心菜<br>羅宋湯(芭樂)                 | 紅豆燕麥粥        |
| 9/8(四)         | 南瓜粥         | 五穀雜糧飯+香酥魚條+鐵板豆腐+韭香豆芽<br>紫菜蛋花湯(香蕉)        | 肉燥關廟麵        |
| 9/9(五)-9/11(日) |             | 中秋節連休三天—祝佳節愉快                            |              |
| 9/12(一)        | 蔬菜麥片粥       | 小薏仁飯+香菇素肉燥+南瓜起司蛋+薑絲爆菠菜<br>當歸菇菇湯(芭樂)      | 蔬菜雞絲麵        |
| 9/13(二)        | 果醬吐司<br>牛奶  | 豬油拌飯+日式炸豬排+黑木耳拌筍絲+白花椰菜<br>紫菜蛋花湯(西瓜)      | 玉米燕麥粥        |
| 9/14(三)        | 關東煮         | 古早味大魯麵+麥克雞塊+開陽白菜<br>大骨湯(香瓜)              | 小飯糰<br>紫菜湯   |
| 9/15(四)        | 魚餃細粉湯       | 香Q白米飯+香菇瓜仔肉+洋蔥炒蛋+沙茶莧菜<br>味噌柴魚豆腐湯(香瓜)     | 沙茶米粉羹        |
| 9/16(五)        | 芝麻饅頭<br>豆漿  | 五穀雜糧飯+檸檬蒸魚+紫蘇梅苦瓜片+金針菇小白<br>芹香貢丸湯(香蕉)     | 杯子蛋糕<br>麥茶   |
| 9/19(一)        | 雞絲蛋麵        | 香Q白米飯+紅燒香菇麵腸+玉米蒸蛋+豆腐燴高麗菜<br>冬瓜金針菇薑絲湯(香瓜) | 糙米素食粥        |
| 9/20(二)        | 草莓吐司<br>牛奶  | 高纖麥片飯+糖醋肉片+胡瓜燴甜不辣+青花椰菜<br>金針菇雞骨湯(蘋果)     | 鍋燒意麵         |
| 9/21(三)        | 小米粥<br>海苔肉鬆 | 三色涼麵+火腿蛋+小黃瓜絲<br>海帶雞骨湯(火龍果)              | 地瓜綠豆湯        |
| 9/22(四)        | 香菇雞肉粥       | 營養糙米飯+士林大香腸+飄香滷味+蔥爆青江菜<br>黃瓜虱目魚骨湯(鳳梨)    | 酸辣湯餃         |
| 9/23(五)        | 紅豆饅頭<br>豆漿  | 健康小米飯+浦燒鯛魚排+大黃瓜黑輪+白花椰菜<br>蕃茄蔬菜湯(香瓜)      | 肉鬆小麵包<br>冬瓜茶 |
| 9/26(一)        | 當歸枸杞<br>麵線  | 香Q白米飯+牛蒡炒豆干+咖哩洋芋+玉米蛋<br>味噌海芽洋蔥湯(火龍果)     | 蕃茄蔬菜麵        |
| 9/27(二)        | 熱狗吐司捲<br>牛奶 | 養生薏仁飯+鐵板沙茶雞柳+彩繪冬瓜+蒜香空心菜<br>味噌洋蔥豆腐湯(香瓜)   | 皮蛋瘦肉粥        |
| 9/28(三)        | 油豆腐<br>細粉湯  | 麻醬乾麵+滷海帶+蒜香大白菜<br>味噌豆腐洋蔥湯(鳳梨)            | 水餃<br>蔬菜湯    |
| 9/29(四)        | 鮮蔬麵疙瘩       | 養生薏仁飯+糖醋肉片+起司南瓜蛋+蝦米爆絲瓜<br>扁蒲雞骨湯(芭樂)      | 紅豆薏仁湯        |
| 9/30(五)        | 葡萄饅頭<br>豆漿  | 香香芝麻飯+豉汁魚片+小花枝丸+綠花椰菜<br>海帶雞骨湯(鳳梨)        | 小菜包<br>蔬菜湯   |

