

日期	活力早餐	午 餐	下 午 點 心
11/1(二)	草莓吐司 麥茶	香香芝麻飯+瓜仔肉+酥炸花枝丸+薑絲菠菜 黃瓜貢丸湯(紅龍果)	酸辣湯餃
11/2(三)	蘿蔔糕湯	咖哩烏龍湯麵+魯甜不辣+豆皮小白菜 蔬菜雞骨湯底(哈密瓜)	什錦麵疙瘩
11/3(四)	客家粿仔條	五穀雜糧飯+洋蔥雞柳+炒菜脯蛋+蝦醬空心菜 蘿蔔大骨湯(木瓜)	綠豆薏仁湯
11/4(五)	芝麻饅頭 豆漿	五穀雜糧飯+蔭瓜蒸魚+泰式粉絲煲+蒜香地瓜葉 竹筍雞骨湯(芭樂)	小菜包 紫菜蛋花湯
11/7(一)	蔬菜滑蛋麵線	高纖麥片飯+香菇素肉燥+木耳炒筍絲+玉米蘿蔓 當歸菇湯(香蕉)	地瓜綠豆湯
11/8(二)	熱狗捲吐司 牛奶	健康小米飯+酥炸魚條+洋蔥燴甜不辣+金針菇小白 扁蒲雞骨湯(蘋果)	蘿蔔黑輪湯
11/9(三)	香菇雞肉粥	三鮮炒意麵+小熱狗+紅蘿蔔絲高麗菜 筍絲魚羹湯(芭樂)	綠豆麥片粥
11/10(四)	雞絲肉絲蛋麵	高纖麥片飯+洋蔥鐵板豬肉+海帶干絲+蒜香高麗菜 紫菜蛋花湯(香瓜)	關東煮
11/11(五)	紅豆饅頭 豆漿	營養糙米飯+三杯雞+紫蘇梅苦瓜干片+蒜香水蓮 芹香貢丸湯(鳳梨)	茶葉蛋 蘿蔔湯
11/14(一)	當歸枸杞麵線	小薏仁飯+牛蒡炒豆干+咖哩洋芋+紅絲油菜 金菇白菜湯(紅龍果)	紅豆薏仁
11/15(二)	果醬三明治 牛奶	營養糙米飯+香煎魚排+黃瓜甜不辣+白花椰菜 虱目魚骨湯(木瓜)	糙米蔬菜滑蛋粥
11/16(三)	肉丁豆仔粥	大魯麵+特製肉羹+銀耳白菜魯+飄香滷蛋 蘿蔔大骨湯底(芭樂)	紫米桂圓粥
11/17(四)	八寶麵	香 Q 白米飯+壽喜燒肉片+麻婆豆腐+蛤蜊絲瓜 蘿蔔大骨湯(香蕉)	米苔目蒟蒻甜湯
11/18(五)	葡萄饅頭 豆漿	小薏仁飯+香酥雞排+洋菇白菜羹+沙茶芥藍 薑片冬瓜湯(蘋果)	蜂蜜蛋糕 養生茶
11/21(一)	絲瓜麵線	香 Q 白米飯+三杯雙菇+紅燒葫蘆瓜+青花椰菜 海帶豆腐味增湯(西瓜)	玉米燕麥粥
11/22(二)	花生吐司 牛奶	健康小米飯+豉汁魚片+蕃茄炒豆腐+薑炒龍鬚菜 金針雞骨湯(香蕉)	茄汁通心麵
11/23(三)	皮蛋瘦肉粥	麻將乾麵+三色蛋+小黃瓜絲 黃金蜆湯(木瓜)	米苔目甜湯
11/24(四)	油豆腐細粉	高纖麥片飯+日式炸豬排+鐵板豆腐+鮑菇小白菜 金針雞絲湯(紅龍果)	日式鍋燒意麵
11/25(五)	銀絲卷 豆漿	五穀雜糧飯+士林香腸+蔥花炒蛋+杏菇青江菜 榨菜肉絲湯(香瓜)	小波蘿麵包 枸杞茶
11/28(一)	清粥 海苔素鬆	香椿炒飯+紅絲炒蛋+玉米油菜 海帶芽味噌湯(奇異果)	蔬菜羹麵
11/29(二)	麻油麵線	五穀雜糧飯+飄香滷味+螞蟻上樹+青花椰菜 蕃茄蔬菜湯(芭樂)	紅豆燕麥粥
11/30(三)	蔬菜關廟麵	香菇蝦米油飯+滷蛋+紅絲高麗菜 四神豬肚湯(蘋果)	小飯糰 紫菜湯