

日期	活力早餐	午餐	下午點心
10/1(三)	鮭魚蔬菜粥	韓式安東湯麵(雞腿肉+魚丸+高麗菜+香菇) (芭樂)	蘿蔔黑輪 關東煮
10/2(四)	魚餃寬粉湯	高纖麥片飯+麻油三杯雞丁+洋蔥炒蛋+炒青江菜 海帶結大骨湯(香蕉)	糙米鮮肉粥
10/3(五)	黑糖饅頭 牛奶	<b>中秋烤肉大團圓</b>	仙草凍甜湯
10/6(一)	<b>中秋節放假一天</b>		
10/7(二)	鮮奶吐司 牛奶	五穀雜糧飯+香酥雞排+大黃瓜黑輪+蒜香高麗菜 鮮蔬羅宋湯(鳳梨)	滑蛋瘦肉粥
10/8(三)	蔬菜湯餃	白醬火腿義大利麵(洋蔥+玉米+馬鈴薯+火腿) 筍絲魚羹湯(奇異果)	什錦麵
10/9(四)	油豆腐細粉	五穀雜糧飯+香菇瓜仔雞腿肉+南瓜炒蛋+薑爆菠菜 榨菜肉絲湯(香蕉)	紫米粥
10/10(五)	<b>雙十國慶日放假一天</b>		
10/13(一)	當歸枸杞 麵線	營養糙米飯+紅燒素蹄筋+紅蘿蔔炒蛋+高麗菜 味噌海芽湯(奇異果)	杏仁愛玉凍
10/14(二)	草莓三明治 牛奶	香Q白米飯+壽喜燒肉片+大瓜豆菊+薑絲爆大白菜 蘿蔔大骨湯(芭樂)	日式烏龍麵
10/15(三)	鮭魚滑蛋粥	日式洋蔥咖哩雞飯(雞腿肉+馬鈴薯+紅蘿蔔+洋蔥) (蘋果)	綠豆薏仁湯
10/16(四)	滑蛋雞絲麵	健康小米飯+檸檬燉魚片+麻婆豆腐+蒜香青江菜 扁蒲雞骨湯(木瓜)	紫米桂圓粥
10/17(五)	紅豆饅頭 牛奶	營養糙米飯+洋蔥雞柳+滷香豆腐+紅絲炒高麗菜 味噌豆腐湯(木瓜)	芋頭西米露
10/20(一)	蔬菜鹹粥	QQ白米飯+滷香豆干+素腿冬粉煲+紅絲油菜 金菇白菜湯(紅龍果)	蔬菜鍋燒意麵
10/21(二)	草莓吐司 牛奶	小薏仁飯+紅糟肉片+黃瓜燴甜不辣+蒜香高麗菜 蕃茄蔬菜湯(香蕉)	高鈣銀魚粥
10/22(三)	清粥 海苔素鬆	芝麻醬沙拉涼麵+滷蛋 魚羹湯(芭樂)	紅豆紫米粥
10/23(四)	肉丁豆仔粥	薏仁飯+美式大香腸+紅燒油豆腐+蝦醬大白菜 海帶芽味噌湯(蘋果)	蔬菜雞絲麵
10/24(五)	<b>光復節補休一天</b>		
10/27(一)	枸杞當歸麵線	小薏仁飯+牛蒡炒豆干+紅燒麵腸+鮮炒油菜 金菇白菜湯(蘋果)	紅棗銀耳湯
10/28(二)	果醬吐司 牛奶	五穀雜糧飯+味噌魚片+泰式冬粉+蒜香高麗菜 竹筍雞骨湯(芭樂)	蔬菜肉燥麵
10/29(三)	雞茸玉米粥	特製魚羹什錦大滷麵(魚羹+大白菜+魚板+木耳) (蘋果)	蘿蔔糕湯
10/30(四)	什錦鍋燒意麵	營養糙米飯+筍干東坡肉+金針魚板炒蛋+炒青江菜 紫菜蛋花湯(香蕉)	桂圓八寶粥
10/31(五)	芝麻饅頭 牛奶	高纖麥片飯+糖醋甘藷雞丁+飄香滷味+豆菊高麗菜 黃瓜雞骨湯(紅龍果)	仙草蜜綠豆

