

日期	星期	早點	午 餐						下午點心		餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果			全穀根 莖類	豆蛋 魚肉	蔬菜 類	水果 類
3/1	五	蔬菜肉末粥	糙米飯	南瓜燉肉	芹菜干絲	時令蔬菜	蘿蔔湯	時令水果	麵包	桂圓茶	✓	✓	✓	✓
3/2	六	週休												
3/3	日													
3/4	一	蔬菜冬粉	白米飯	麵筋滷肉	炒三色	時令蔬菜	豆腐湯	時令水果	蔬菜湯麵		✓	✓	✓	✓
3/5	二	玉米滑蛋粥	沙茶肉絲炒麵			時令蔬菜	貢丸湯	時令水果	芝麻包	紅棗茶	✓	✓	✓	✓
3/6	三	煎餃 豆漿	紫米飯	麻婆豆腐	乾燒海帶結	時令蔬菜	木耳肉絲湯	時令水果	玉米濃湯		✓	✓	✓	✓
3/7	四	蔥油麵線	香菇肉羹飯			時令蔬菜		時令水果	綠豆QQ		✓	✓	✓	✓
3/8	五	莧菜銀魚粥	糙米飯	桂竹筍炒肉絲	黃瓜燴丸子	時令蔬菜	玉米湯	時令水果	麵包	洛神花茶	✓	✓	✓	✓
3/9	六	週休												
3/10	日													
3/11	一	銀芽麵線	白米飯	毛豆雞丁	香菇百頁	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	什錦麵疙瘩		✓	✓	✓	✓
3/12	二	鮭魚粥	大滷麵			時令蔬菜		時令水果	銀絲捲	枸杞茶	✓	✓	✓	✓
3/13	三	雞蛋吐司 牛奶	紫米飯	茄汁甜不辣	豆干丁燒肉	時令蔬菜	大黃瓜湯	時令水果	魚丸米粉		✓	✓	✓	✓
3/14	四	肉燥冬粉	咖哩燴飯			時令蔬菜		時令水果	黑糖粉圓		✓	✓	✓	✓
3/15	五	南瓜粥	糙米飯	洋蔥炒蛋	白蘿蔔燉肉	時令蔬菜	山藥湯	時令水果	麵包	決明子茶	✓	✓	✓	✓
3/16	六	週休												
3/17	日													
3/18	一	冬菜冬粉	白米飯	香菇瓜仔肉	螞蟻上樹	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	陽春麵		✓	✓	✓	✓
3/19	二	廣東粥	什錦肉絲麵			時令蔬菜		時令水果	黑糖饅頭	菊花茶	✓	✓	✓	✓
3/20	三	牛奶西米露	紫米飯	茄汁豬柳	蔥爆干絲	時令蔬菜	虱目魚丸湯	時令水果	關東煮		✓	✓	✓	✓
3/21	四	絲瓜麵線	洋芋豬肉燴飯			時令蔬菜		時令水果	芋圓地瓜湯		✓	✓	✓	✓
3/22	五	蘿蔔鹹粥	糙米飯	冬瓜燉肉	客家小炒	時令蔬菜	蕃茄蛋花湯	時令水果	麵包	桂圓茶	✓	✓	✓	✓
3/23	六	週休												
3/24	日													
3/25	一	什錦麵線	白米飯	滷雞腿	醬燒海帶絲	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	擔仔麵		✓	✓	✓	✓
3/26	二	清粥 肉鬆	精燉紅燒麵			時令蔬菜		時令水果	小菜包	紅棗茶	✓	✓	✓	✓
3/27	三	奶酥吐司 牛奶	紫米飯	油豆腐滷肉	炒三絲	時令蔬菜	海帶結湯	時令水果	米粉羹		✓	✓	✓	✓
3/28	四	南瓜冬粉	親子丼飯			時令蔬菜		時令水果	紫米紅豆湯		✓	✓	✓	✓
3/29	五	玉米片 牛奶	糙米飯	蕃茄燴蛋	京醬肉絲	時令蔬菜	味噌大根湯	時令水果	麵包	枸杞茶	✓	✓	✓	✓
3/30	六	週休												
3/31	日													

※以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而做微調。