

9月1日(一)				9月2日(二)				9月3日(三)				9月4日(四)				9月5日(五)			
白米飯 炙燒嫩烤雞排 竹筍炒肉絲 塔香杏鮑菇 蚵白菜 芹香貢丸湯(加)				五穀飯 蔥燒無骨豬排 肉醬蒸蛋 腐皮白菜(豆海) 油菜 搭破山粉圓厚奶				波隆那肉醬麵 椒鹽香酥宜蘭卜肉(炸) 雙倍焗烤起司 燒賣(加) 高麗菜 蔬菜蛋花湯				地瓜飯 五香雞腿 茄汁炒蛋豆腐(豆) 鮮蔬魚塊雙拼(炸海) 青江菜 黃瓜豆皮湯(豆)				白米飯 燒汁雞排 鍋燒豚肉 小瓜混炒 油菜 榨菜肉絲湯(醃)			
熱量:	857大卡	脂肪:	29g	熱量:	889大卡	脂肪:	29g	熱量:	889大卡	脂肪:	29g	熱量:	874大卡	脂肪:	30g	熱量:	866大卡	脂肪:	29g
鹽分:	114g	蛋白質:	35g	鹽分:	115g	蛋白質:	36g	鹽分:	117g	蛋白質:	35g	鹽分:	114g	蛋白質:	37g	鹽分:	117g	蛋白質:	34g
9月8日(一)				9月9日(二)				9月10日(三)				9月11日(四)				9月12日(五)			
白米飯 紅燒雞翅 焗烤起士玉蜀黍 南洋咖哩雞 蚵白菜 芹香蘿蔔湯				五穀飯 花生口水雞 韓式雜菜 香炒菜脯蛋(醃) 油菜 味噌豆腐湯(豆)				港式雞粒炒飯 香酥魚排(海炸) 水餃X2(冷) 鮮蔬豚片 高麗菜 雪花紫菜湯				地瓜飯 燒烤豬排 炒椒鹽甜不辣(加) 茄汁豆腐(豆) 青江菜 金菇湯				白米飯 炙烤雞腿 油膏白蛋 韓風泡菜鍋(醃豆) 油菜 洋芋雞湯			
熱量:	870大卡	脂肪:	30g	熱量:	878大卡	脂肪:	30g	熱量:	860大卡	脂肪:	28g	熱量:	873大卡	脂肪:	29g	熱量:	865大卡	脂肪:	29g
鹽分:	114g	蛋白質:	35g	鹽分:	115g	蛋白質:	37g	鹽分:	115g	蛋白質:	37g	鹽分:	114g	蛋白質:	37g	鹽分:	116g	蛋白質:	35g
9月15日(一)				9月16日(二)				9月17日(三)				9月18日(四)				9月19日(五)			
白米飯 檸檬雞翅 Q蛋肉燥 蒜香花椰菜 蝦米蚵白菜(海) 小魚海帶湯(海)				胚芽飯 岩燒無骨豬排 奶油蔥蛋豆腐(豆) 關東煮 油菜 冬瓜山粉圓撞奶				雞絲味噌沾麵 麥脆炸雞腿(炸) 黑糖饅頭(冷) 塔香海茸 高麗菜 蛋花湯				地瓜飯 回鍋肉 香酥魚塊(海炸) 腐皮絲瓜冬粉(豆) 青江菜 冬瓜湯				白米飯 嫩烤雞腿排 大黃瓜炒菇 玉米炒蛋 油菜 麻油豆腐湯(豆)			
熱量:	861大卡	脂肪:	29g	熱量:	880大卡	脂肪:	28g	熱量:	856大卡	脂肪:	28g	熱量:	869大卡	脂肪:	29g	熱量:	873大卡	脂肪:	29g
鹽分:	115g	蛋白質:	35g	鹽分:	117g	蛋白質:	35g	鹽分:	115g	蛋白質:	36g	鹽分:	115g	蛋白質:	36g	鹽分:	116g	蛋白質:	35g
9月22日(一)				9月23日(二)				9月24日(三)				9月25日(四)				9月26日(五)			
白米飯 燒烤雞腿 炸醬鮮蔬炒蛋(豆) 洋芋燒肉 蚵白菜 土瓶蒸				紫米飯 黑胡椒豬柳 快炒鮮菇 香蔥吉拿棒(加炸) 蝦皮油菜(海) 味噌豆腐湯(豆)				日式什錦起司炒飯 鹹酥雞(炸) 台式蘿蔔糕(冷) 西蘭花中卷(海) 高麗菜 金針菇肉絲湯				地瓜飯 紅燒豬腩 銀芽肉絲 蒸蛋 青江菜 冬菜鮮筍湯(醃)+豆漿				白米飯 燒烤雞排 鴨肉羹(加芡) 糖醋百頁豆腐(豆) 油菜 玉米蛋花湯			
熱量:	861大卡	脂肪:	29g	熱量:	870大卡	脂肪:	30g	熱量:	866大卡	脂肪:	30g	熱量:	865大卡	脂肪:	29g	熱量:	861大卡	脂肪:	29g
鹽分:	115g	蛋白質:	35g	鹽分:	116g	蛋白質:	34g	鹽分:	116g	蛋白質:	33g	鹽分:	115g	蛋白質:	36g	鹽分:	117g	蛋白質:	33g
9月30日(二)																			
				五穀飯 三鮮魚丁(海豆) 滷蛋 豆皮絲瓜(豆) 油菜 薑絲海芽湯															
熱量:		脂肪:		熱量:	865大卡	脂肪:	29g	熱量:		脂肪:		熱量:		脂肪:		熱量:		脂肪:	
鹽分:		蛋白質:		鹽分:	115g	蛋白質:	36g	鹽分:		蛋白質:		鹽分:		蛋白質:		鹽分:		蛋白質:	