



2014 年 05 月餐飲計畫表

日	一	二	三	四	五	六
	◆ 每日飯後均有時令水果，補充健康天然維生素幫助消化。 ◆ 以上餐點如有異動，將當日實際提供為主。			1 火腿起司三明治、牛奶 高纖五穀糙米飯、蔥爆肉絲， 什錦燴豆腐、清炒時蔬，湯： 冬瓜大骨湯 什錦麵線羹	2 葡萄吐司、果汁牛奶 多彩義大利通心麵、清炒時 蔬、湯：黃金玉米濃湯 饅頭夾蔥蛋	
4	5 香酥蔥油餅・果汁牛奶 米飯、玉米雞丁、翠綠青花、 清炒時蔬、湯：香菇雞湯 奶香鮮肉包・蔬菜湯	6 牛角小麵包・紅棗枸杞熱飲 高纖五穀糙米飯、香煎雞柳 條、韭香豆芽、清炒時蔬、湯： 冬瓜大骨湯 海綿蛋糕・果汁牛奶	7 草莓三明治、豆漿 米飯、沙茶炒肉片、開陽白菜、 青炒時蔬、湯：海帶排骨湯 綠豆薏仁甜粥	8 活力綜合五穀脆片、牛奶 香甜咖哩雞肉燴飯、青炒時 蔬、湯：玉米濃湯 香芋包・阿華田	9 蔬菜肉絲粥 米飯・酥炸豬排・瓜仔肉蒸蛋・ 清炒時蔬・湯：榨菜肉絲湯 法國土司・阿華田	10
11	12 香煎蘿蔔糕、美祿 米飯、紅燒獅子頭、三色甜椒、 青炒時蔬、湯：三絲魚丸湯 蔥花麵包、果汁牛奶	13 珍珠丸子、豆漿 米飯、肉鬆蛋餅、雙色花椰、 清炒時蔬、湯：蔬菜濃湯 巧克力三明治、果汁牛奶	14 麥香饅頭、蔬菜湯 米飯、糖醋豬柳、紅燒豆腐、 清炒時蔬、湯：蛤仔冬瓜湯 台式鹹粥	15 肉燥麵線 米飯、咕咾肉、鮮菇四季豆、 清炒時蔬、湯：番茄豆腐蛋花 湯 波蘿麵包、美祿	16 小饅頭夾蔥蛋・牛奶 高纖五穀糙米飯、香酥排骨、 豆乾炒肉絲、清炒時蔬，湯： 紫菜蛋花湯 綜合什錦湯餃	17
18	19 玉米蛋餅、美祿 米飯、醬爆肉絲、甜肉炒肉片、 清炒時蔬，湯：榨菜肉絲湯 奶酥麵包、牛奶	20 皮蛋瘦肉粥 米飯、馬鈴薯燒肉、什錦黃豆 芽、青炒時蔬、湯：大黃瓜丸 子湯 可口鮮肉包、蔬菜湯	21 鮮奶小饅頭・紅棗枸杞熱飲 米飯、香煎豬排、紅燒油豆腐、 清炒時蔬、湯：筍片排骨湯 香酥鍋貼、玉米湯	22 香酥蔥油餅、豆漿 高纖五穀糙米飯、香芋絞肉、 韭黃雞絲、青炒時蔬、湯：香 菇雞湯 鮮肉餛飩湯	23 狀元及第粥 鳳梨火腿蛋炒飯、清炒時蔬、 湯：黃金玉米蛋花湯 關東煮	24
25	26 火腿三明治、阿華田 米飯・橙汁燒雞排・肉絲炒脆 筍、清炒時蔬・湯：絲瓜肉片 湯 蔥油餅、果汁牛奶	27 活力綜合五穀脆片、牛奶 米飯、香芋絞肉、韭黃雞絲、 青炒時蔬、紫菜蛋花湯 麥香饅頭・蔬菜湯	28 翡翠雞肉粥 米飯・紅燒里肌・吻仔魚煎蛋・ 清炒時蔬・湯：蘑菇玉米湯 海綿蛋糕・美祿	29 玉米蛋餅、豆漿 米飯、紅燒肉加素雞、培根高 麗菜、清炒時蔬、湯：蘿蔔大 骨湯 油豆腐米粉湯	30 奶油小餐包・阿華田 青豆肉絲蛋炒飯・清炒時蔬・ 湯：大黃瓜丸子湯 香筍鮮肉包・牛奶	