

日期	星期	主食	主菜	副菜	湯	附餐	全穀 類	豆類 類	蔬菜	海陸 類	熱量	
9/1	三	胚芽飯	蘿蔔滷香菇 <small>蘿蔔香菇<滷></small>	糖醋烤麩 <small>烤麩<燒></small>	炒高麗菜 <small>高麗菜蔬菜<炒></small>	綠蔬 筍片燉湯 <small>竹筍</small>		5.2	2.1	2.4	2.3	685
9/2	四	五穀飯	五香豆包 <small>非基改豆包<滷></small>	塔香海根 <small>海帶根九層塔<煮></small>	洋芋三絲 <small>洋芋紅蘿蔔木耳<炒></small>	綠蔬 海芽湯 <small>海帶芽</small>	水果	5.3	2.2	2.4	2.3	760
9/3	五	糙米飯	梅干苦瓜 <small>梅干苦瓜<煮></small>	芹香干絲 <small>芹菜非基改干絲<煮></small>	黑胡椒玉米 <small>非基改玉米蔬菜<煮></small>	綠蔬 香菇素羹湯 <small>香菇蔬菜</small>		5.3	2.2	2.3	2.3	697
9/6	一	薏仁飯	三角油腐 <small>非基改油豆腐<滷></small>	香菇瓠瓜 <small>香菇瓠瓜<煮></small>	筍干朴菜 <small>筍干朴菜<煮></small>	綠蔬 薑絲紫菜湯 <small>薑紫菜</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745
9/7	二	白飯	炸香菇 <small>香菇<炸></small>	花生麵筋 <small>花生麵筋<煮></small>	羅勒茄子 <small>羅勒茄子<煮></small>	綠蔬 玉米湯 <small>非基改玉米</small>	水果	5.3	2.4	2.0	2.3	765
9/8	三	義大利麵	素魚排 <small>素魚排<燒></small>	客家小炒 <small>非基改豆干芹菜<炒></small>	大瓜三鮮 <small>大黃瓜紅蘿蔔木耳<煮></small>	綠蔬 蔬菜燉湯 <small>蔬菜</small>		5.2	2.1	2.4	2.3	685
9/9	四	雜糧飯	香滷車輪 <small>蘿蔔車輪<滷></small>	糖醋豆包絲 <small>豆包絲<燒></small>	豆芽三絲 <small>豆芽菜紅蘿蔔木耳<炒></small>	綠蔬 肉骨茶湯 <small>肉骨茶包蔬菜</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745
9/10	五	芝麻飯	蔬菜捲 <small>蔬菜捲<煮></small>	芝麻海結 <small>芝麻海結<煮></small>	素炒蒼蠅頭 <small>蔬菜非基改豆干<炒></small>	綠蔬 蘿蔔湯 <small>蘿蔔</small>		5.2	2.1	2.4	2.3	685
9/11	六	紫米飯	八角冬瓜 <small>八角冬瓜<煮></small>	麻婆豆腐 <small>非基改豆腐<燴></small>	咖哩地瓜 <small>地瓜洋芋蔬菜<燴></small>	綠蔬 麻油鮑菇湯 <small>杏鮑菇</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745
9/13	一	燕麥飯	香菇素肉燥 <small>香菇素肉燥<滷></small>	乾煸四季豆 <small>四季豆<燒></small>	白菜滷 <small>白菜蔬菜<煮></small>	綠蔬 味噌湯 <small>非基改豆腐</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745
9/14	二	白飯	椒鹽豆干 <small>非基改豆干<燒></small>	素炒食蔬 <small>彩椒蔬菜<炒></small>	泡菜年糕 <small>泡菜年糕<煮></small>	綠蔬 薑絲冬瓜湯 <small>薑冬瓜</small>	水果	5.3	2.1	2.4	2.3	752
9/15	三	香菇油飯	三杯杏鮑菇 <small>杏鮑菇非基改豆干<燒></small>	清蒸南瓜 <small>南瓜<蒸></small>	蘆筍香菇 <small>蘆筍香菇<煮></small>	綠蔬 沙茶蔬菜湯 <small>蔬菜</small>		5.2	2.3	2.2	2.3	695
9/16	四	麥片飯	糖醋豆包 <small>非基改豆包<燒></small>	小瓜雞丁 <small>小黃瓜非基改素雞<炒></small>	豆豉苦瓜 <small>豆豉苦瓜<燒></small>	綠蔬 酸辣湯 <small>非基改豆腐蔬菜</small>	水果	5.2	2.3	2.0	2.3	750
9/17	五	胚芽飯	炸什錦 <small>蔬菜<炸></small>	青椒素豆絲 <small>青椒素豆絲<炒></small>	筍白筍香菇 <small>筍白筍香菇<炒></small>	綠蔬 香菇榨菜湯 <small>榨菜香菇</small>		5.5	2.1	2.4	2.3	706
9/20	一	~中秋節放假不供餐~										
9/21	二	~中秋節放假不供餐~										
9/22	三	白飯	腐皮蔬菜捲 <small>腐皮蔬菜捲<煮></small>	雙菇燒干片 <small>非基改豆干菇<燒></small>	薑味海絲 <small>薑海絲<煮></small>	綠蔬 薏苡仁煲湯 <small>洋薏仁蔬菜</small>		5.1	2.3	2.2	2.3	688
9/23	四	義大利麵	玉米餅 <small>玉米餅<炸></small>	宮保凍豆腐 <small>非基改凍豆腐<燒></small>	五味茄子 <small>茄子<燒></small>	綠蔬 磨菇洋芋湯 <small>磨菇洋芋</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745
9/24	五	芝麻飯	酸絲麵腸 <small>麵腸<煮></small>	枸杞冬瓜 <small>枸杞冬瓜<煮></small>	蕃茄豆腐煲 <small>蕃茄非基改豆腐<燒></small>	綠蔬 海結燉湯 <small>海帶結</small>		5.1	2.1	2.4	2.3	678
9/27	一	五穀飯	滷四角油腐 <small>非基改油豆腐<滷></small>	玉米素雞丁 <small>非基改玉米素雞<煮></small>	薑絲秋葵 <small>薑秋葵<煮></small>	綠蔬 大滷湯 <small>非基改豆腐蔬菜</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745
9/28	二	炒麵	素茶鵝 <small>素茶鵝<燒></small>	鐵板豆腐 <small>非基改豆腐蔬菜<燒></small>	菇炒花椰菜 <small>菇花椰菜<炒></small>	綠蔬 海芽味噌湯 <small>海帶芽</small>	牛奶	5.0	2.1	2.4	2.3	731
9/29	三	糙米飯	炸地瓜簽 <small>地瓜簽<炸></small>	香滷杏鮑菇 <small>杏鮑菇<滷></small>	小瓜素雞 <small>小黃瓜非基改素雞<炒></small>	有機 南瓜湯 <small>南瓜洋芋</small>		5.2	2.1	2.4	2.3	685
9/30	四	白飯	蘿蔔糕 <small>蘿蔔糕<蒸></small>	糖醋豆腸 <small>非基改豆腸<燒></small>	冬瓜素排骨 <small>冬瓜素排骨<燒></small>	綠蔬 玉米段湯 <small>玉米段</small>	水果	5.2	2.1	2.4	2.3	745