

| 日期 | 星期 | 主食 | 主菜一 | 副菜一 | 副菜二 | 青菜 | 湯 | 奶類 | 水果 | 點心 | 其他 |
|----|----|----------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|---------------------------|------|---------------------------|----|----|----|----|
| 2 | 一 | 小米飯 白米、小米(蒸) | 花瓜燒雞 雞肉(CAS)、花瓜、胡蘿蔔(焗) | 豆干肉絲 豬肉(CAS)、豆干、青豆(炒) | 白菜滷 大白菜、紅蘿蔔、木耳(滷) | 青菜 | 薑絲海芽湯 海帶芽、薑絲(煮) | | | | |
| 3 | 二 | 香Q白飯 白米(蒸) | 南洋咖哩雞 雞肉(CAS)、馬鈴薯、紅蘿蔔(燉) | 時蔬肉片 豬肉、洋蔥、彩椒(炒) | 清脆時瓜 時瓜、時蔬(炒) | 青菜 | 冬瓜茶山粉圓 山粉圓、冬瓜、西谷米(煮) | | | | |
| 4 | 三 | 有機白米飯 有機白米(蒸) | 冬瓜燉肉 豬肉(CAS)、冬瓜(燉) | 雞茸鮮蔬燴蛋 雞蛋、雞肉(CAS)、玉米、毛豆(炒) | 家常粉絲 冬粉、豆芽、胡蘿蔔、木耳(炒) | 有機青菜 | 田園番茄湯 番茄、馬鈴薯、胡蘿蔔、洋蔥(煮) | | | | |
| 5 | 四 | 薏仁飯 白米、薏仁(蒸) | ★鹽酥雞肉*3 雞肉(CAS)(炸) | 泰式打拋豬 豬肉(CAS)、番茄、九層塔(炒) | 彩椒花椰菜 花椰菜、彩椒(炒) | 有機青菜 | 青菜小魚豆腐湯 豆腐、青菜、小魚干(煮) | | | | |
| 6 | 五 | 招牌油飯 糯米(蒸) | 洋蔥豬肉 豬肉(CAS)、洋蔥(炒) | 香烤雞里肌 雞肉、地瓜(烤) | ▲滷味拼盤 海帶、貢丸、米血糕(炒) | 有機青菜 | 蘿蔔湯 蘿蔔(煮) | 乳品 | | | |
| 9 | 一 | 香Q白飯 白米(蒸) | 蔬香燉雞 雞肉、蔬菜(燉) | 古早肉燥鵪鶉蛋*3 豬肉(CAS)、豆干丁、鵪鶉蛋(滷) | 炒高麗菜 高麗菜、胡蘿蔔、木耳(炒) | 青菜 | 綠豆薏仁湯 綠豆、薏仁(煮) | 包子 | | | |
| 10 | 二 | 燕麥飯 白米、燕麥米(蒸) | 蘿蔔滷肉 豬肉(CAS)、蘿蔔(滷) | 蔥爆雞丁 雞肉(CAS)、洋蔥、蔬菜(炒) | 三絲豆芽 豆芽、胡蘿蔔、木耳(炒) | 青菜 | 蔬菜豆腐湯 豆腐、蔬菜(煮) | | | | |
| 11 | 三 | 有機白米飯 有機白米(蒸) | ▲塔香三杯雞 雞肉、米血糕(炒) | 日式蒸蛋 雞蛋(蒸) | 毛豆玉米 玉米、毛豆(煮) | 有機青菜 | 福菜筍片湯 筍片、福菜(煮) | | | | |
| 12 | 四 | 什錦炒麵 麵條、蔬菜(炒) | ★金黃炸豬排*1 豬肉(CAS)(炸) | 芹香雞柳 雞肉、蔬菜(炒) | 海帶豆干 海帶、豆干(滷) | 有機青菜 | 鮮瓜大骨湯 鮮瓜、大骨(煮) | | | | |
| 13 | 五 | 胚芽飯 白米、胚芽(蒸) | 滑蛋嫩雞 雞肉、雞蛋(CAS)、洋蔥(炒) | 照燒魚條*2 魚肉(滷) | 清甜白菜 大白菜、紅蘿蔔、木耳(炒) | 有機青菜 | 養生馬鈴薯湯 馬鈴薯、枸杞(煮) | 乳品 | | | |
| 16 | 一 | 番茄肉醬 義大利麵 豬肉(CAS)、蔬菜、麵條(煮) | 迷迭香雞柳*1 雞肉(滷) | 義式肉丸*2 豬肉(烤) | 彩椒花椰菜 花椰菜、彩椒(炒) | 青菜 | 玉米濃湯 玉米、馬鈴薯、雞蛋(煮) | | | | |
| 17 | 二 | 蕎麥飯 白米、蕎麥(蒸) | ★▲炸雞甜不辣*3 雞肉、甜不辣(CAS)(炸) | 壽喜燒肉片 豬肉、洋蔥(滷) | 家常豆腐 豆腐、時蔬(炒) | 青菜 | 紫菜蛋花湯 紫菜、雞蛋(CAS)(煮) | | | | |
| 18 | 三 | 有機白米飯 有機白米(蒸) | 滷排骨*1 排骨(滷) | 和風咖哩雞 雞肉(CAS)、馬鈴薯、胡蘿蔔(炒) | 雙色海帶 海帶、胡蘿蔔、芹菜(炒) | 有機青菜 | 鄉村蔬菜湯 時蔬(煮) | | | | |
| 19 | 四 | 芝麻飯 白米、芝麻(蒸) | 泡菜雞肉 雞肉、泡菜、蔬菜(炒) | 豬肉玉米蛋 雞蛋(CAS)、玉米(炒) | 季節綠蔬 蔬菜(炒) | 有機青菜 | 珍珠奶茶 粉圓、奶茶(煮) | | | | |
| 20 | 五 | 小米飯 白米、小米(蒸) | 番茄洋芋燉肉 豬肉(CAS)、番茄、馬鈴薯(燉) | 雞肉串*1 雞肉(烤) | 時蔬炒瓜 鮮瓜、時蔬(炒) | 有機青菜 | 大滷湯 豆腐、蔬菜(煮) | 乳品 | | | |
| 23 | 一 | 香Q白飯 白米(蒸) | ▲白菜獅子頭 獅子頭、白菜、木耳、胡蘿蔔(焗) | 回鍋豆干雞片 雞肉(CAS)、豆干、青椒(炒) | 肉燥冬粉 冬粉、蔬菜、豬肉(炒) | 青菜 | 芹菜蘿蔔湯 蘿蔔、芹菜(煮) | | | | |
| 24 | 二 | 薏仁飯 白米、薏仁(蒸) | ★椒鹽魚排*1 魚肉(炸) | 南瓜玉米雞 雞肉(CAS)、南瓜、玉米(炒) | 什錦鮮瓜 鮮瓜、時蔬(炒) | 青菜 | 味噌豆腐湯 豆腐、時蔬(煮) | | | | |
| 25 | 三 | 有機白米飯 有機白米(蒸) | 里肌肉排*1 豬肉(滷) | 沙嗲雞肉 雞肉(CAS)、洋蔥、彩椒(炒) | 炒白菜絲 大白菜、胡蘿蔔、木耳(炒) | 有機青菜 | 珍菇百匯湯 時蔬、珍菇(煮) | | | | |
| 26 | 四 | 台式炒麵 麵條、蔬菜(炒) | 五香燒肉 豬肉、蔬菜(焗) | 洋蔥炒蛋 雞蛋(CAS)、洋蔥(炒) | 蘿蔔蔬菜煮 蘿蔔、玉米(煮) | 有機青菜 | 紅豆麥片湯 紅豆、麥片(煮) | | | | |
| 27 | 五 | 糙米飯 白米、糙米(蒸) | 時蔬炒雞 雞肉(CAS)、花椰菜、筍片、濕豆皮(炒) | 蔥爆肉絲 豬肉、洋蔥、蔥(炒) | 田園玉米 玉米、胡蘿蔔、毛豆(煮) | 有機青菜 | 雙色蔬菜湯 南瓜、洋芋(煮) | 乳品 | | | |
| 30 | 一 | 和風炒飯 白米、蔬菜(炒) | 洋釀燒雞 雞肉、蔬菜(焗)、翅小腸(CAS)(焗) | 韓式肉片 豬肉(CAS)、時蔬(炒) | 三色黃芽 黃豆芽、胡蘿蔔、木耳(炒) | 青菜 | 薑絲海芽湯 海帶芽、薑絲(煮) | | | | |
| 31 | 二 | 香Q白飯 白米(蒸) | 咖哩燒肉 豬肉(CAS)、馬鈴薯、紅蘿蔔(焗) | ★▲麥克雞塊*3 雞塊(炸) | 豆皮高麗菜 高麗菜、胡蘿蔔、木耳、豆皮(炒) | 青菜 | 鮮瓜湯 鮮瓜(煮) | | | | |

※備註: 本菜單含有蛋、奶、堅果花生芝麻、甲殼、海鮮及其相關製品, 不適合對其過敏體質者食用。

| 菜類 | 烹調 | 備註 | 烹調 | 備註 | 烹調 | 備註 | 其他 |
|----|----|----|-----|-----|----|----|----|
| 0次 | 1次 | 9次 | 12次 | 20次 | 6次 | 5次 | 4次 |