



		12月1日(四)		12月2日(五)	
		香Q白飯		香Q白飯	
		煙燻茶鵝片		大溪黑干片	
		三色玉米		麻油手工麵線	
		豆豉炒苦瓜		芝麻海帶結	
		香煎腸片		冬瓜封	
		時令青菜		時令青菜	
		時令青菜		時令青菜	
		酸辣湯		結頭湯	
		熱量：799.7大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.3克 醣類：106克		熱量：794.8大卡 脂肪：26克 蛋白質：33.7克 醣類：106.5克	
12月5日(一)	12月6日(二)	12月7日(三)	12月8日(四)	12月9日(五)	
香Q白飯	香Q白飯	嘉義米糕	香Q白飯	香Q白飯	
燒滷豆干	煙燻雞翅	黑胡椒素豆包	海苔豆腐餅	紅燒細腐	
紅片炒素雞丁	酥炸南瓜	沙嗲白菜滷	素塔香打拋肉	綠花椰炒腐竹	
脆烤薯餅	粉絲煲	蔬菜天婦羅	客家小炒	筍香烤麩	
燒滷筍片	麻婆豆腐	嫩煎長版燒	三杯杏鮑菇片	奶油玉米段	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
黃瓜豆皮湯	玉米濃湯	冬瓜枸杞湯	鮮菇海芽湯	味噌豆腐湯	
熱量：775.4大卡 脂肪：25克 蛋白質：32.1克 醣類：105.5克	熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	熱量：794.8大卡 脂肪：26克 蛋白質：33.7克 醣類：106.5克	熱量：787.5大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：33克 醣類：106.5克	熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	
12月12日(一)	12月13日(二)	12月14日(三)	12月15日(四)	12月16日(五)	
香Q白飯	香Q白飯	茄汁螺絲麵	香Q白飯	香Q白飯	
醬淋樹子鱈魚排	醬燒阿給	三杯黑干片	百頁海苔捲	醬燒豆輪	
麻油菇菇	玉米可樂餅	椒鹽秀珍菇	彩繪三丁	蠔油雙菇炒干片	
香椿腰果炒小瓜	塔香茄子	QQ芝麻球	炒桂竹筍	彩椒炒豆薯	
枸杞南瓜塊	芝麻滷香菇	香煎火腿片	香滷大根排	麻油米血片	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
鮮筍湯	榨菜三絲湯	和風豆腐湯	蕃麥海結湯	金針花鮮菇湯	
熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	熱量：773大卡 脂肪：25克 蛋白質：32克 醣類：105克	熱量：799.7大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.3克 醣類：106克	熱量：787.5大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：33克 醣類：106.5克	
12月19日(一)	12月20日(二)	12月21日(三)	12月22日(四)	12月23日(五)	
香Q白飯	香Q白飯	三色炒飯	香Q白飯	香Q白飯	
五香豆干	三杯細腐	香煎牛蒡排	海苔豆腐餅	香菜豆包	
醬燒桂竹筍	彩椒腰果綠花椰	彩椒雞丁	酥炸茄子	芹香干絲	
滷苦瓜	印度咖哩	椒鹽杏鮑菇	素火腿丁炒菜脯	白菜獅子頭	
芝麻海帶片	香煎素鍋貼	香滷大根排	醬燒百頁片	椒鹽馬鈴薯	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	
薑絲海芽湯	中式玉米濃湯	黃瓜金針菇湯	冬瓜枸杞湯	當歸藥膳湯	
熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	熱量：773大卡 脂肪：25克 蛋白質：32克 醣類：105克	熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	熱量：799.7大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.3克 醣類：106克	熱量：802.1大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.4克 醣類：106.5克	
12月26日(一)	12月27日(二)	12月28日(三)	12月29日(四)	12月30日(五)	
香Q白飯	香Q白飯	客家粿仔條	香Q白飯	香Q白飯	
沙茶三角油腐	醬燒百頁片	秘醬豆包	香菇鑲肉丸	大溪黑干片	
油燜桂竹筍	酸菜麵腸	燒滷大根排	三色玉米	麻油手工麵線	
黃金地瓜片	魚香茄子	沙嗲杏鮑菇	豆豉炒苦瓜	芝麻海帶結	
彩燴毛豆	燒滷黃瓜片	麻油米血丁	香煎腸片	冬瓜封	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	鮮炒時蔬	營養青菜	
時令青菜	時令青菜	時令青菜	鄉野青菜	美味鮮蔬	
麵線糊	好彩頭湯	鮮菇海芽湯	大瓜豆皮湯	味噌湯	

熱量：782.7大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.8克 醣類：105.5克	熱量：775.4大卡 脂肪：25克 蛋白質：32.1克 醣類：105.5克	熱量：780.3大卡 脂肪：25.5克 蛋白質：32.7克 醣類：105克	熱量：799.7大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.3克 醣類：106克	熱量：802.1大卡 脂肪：26.5克 蛋白質：34.4克 醣類：106.5克
--	--	--	--	--

