

# 十月份餐點表

|       |   |                                    |          |
|-------|---|------------------------------------|----------|
| 10/1  | 五 | 日式豬肉丼飯、味噌豆腐湯、季節水果                  | 餛飩湯      |
| 10/4  | 一 | 胚芽米白飯、馬鈴薯燉肉、螞蟻上樹、應時青菜、蘿蔔排骨湯、季節水果   | 綠豆湯      |
| 10/5  | 二 | 十六穀米白飯、鹽酥魚塊、蒸蛋、應時青菜、竹筍排骨湯、季節水果     | 檸檬愛玉     |
| 10/6  | 三 | 炸醬麵、貢丸湯、季節水果                       | 肉羹麵線     |
| 10/7  | 四 | 白飯、紅燒雞丁、滷海帶百頁、應時青菜、紫菜蛋花湯、季節水果      | 水煮蛋+菊花茶  |
| 10/8  | 五 | 肉絲炒板條、胡瓜大骨湯、季節水果                   | 芋香鹹粥     |
| 10/11 | 一 | 雙十國慶連假                             |          |
| 10/12 | 二 | 十六穀米白飯、京醬肉絲、小黃瓜炒丸片、應時青菜、青菜蛋花湯、季節水果 | 黑糖地瓜湯    |
| 10/13 | 三 | 滷肉飯、燙青菜、蘑菇濃湯、季節水果                  | 肉絲湯麵     |
| 10/14 | 四 | 白飯、糖醋魚、蘿蔔滷肉、青菜、蕃茄蛋花湯、水果            | 香菇意麵     |
| 10/15 | 五 | 水餃、花枝羹、季節水果                        | 絲瓜麵線     |
| 10/18 | 一 | 胚芽米白飯、粉蒸肉、玉米滑蛋、應時青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果     | 紅豆湯      |
| 10/19 | 二 | 十六穀米白飯、蠔油雞丁、清炒絲瓜、應時青菜、青菜豆腐湯、季節水果   | 關東煮      |
| 10/20 | 三 | 肉絲炒麵、玉米排骨湯、季節水果                    | 冰糖蓮子銀耳湯  |
| 10/21 | 四 | 白飯、肉絲炒豬柳、糖醋豆包絲、應時青菜、瓠瓜湯、季節水果       | 蘿蔔貢丸湯    |
| 10/22 | 五 | 揚州炒飯、蓮藕排骨湯、季節水果                    | 廣東粥      |
| 10/25 | 一 | 胚芽米白飯、滷雞腿、紅蘿蔔炒蛋、應時青菜、味噌海芽湯、季節水果    | 米苔目冬瓜露   |
| 10/26 | 二 | 十六穀米白飯、麵筋燒肉、培根高麗菜、應時青菜、竹筍大骨湯、季節水果  | 茶葉蛋+低糖枸杞 |
| 10/27 | 三 | 日式京醬肉絲刈包、香菇雞湯、季節水果                 | 餛飩麵      |
| 10/28 | 四 | 白飯、彩椒雞、滷油豆腐海帶、青菜、玉米濃湯、水果           | 胡瓜瘦肉粥    |
| 10/29 | 五 | 咖哩飯、青木瓜雞湯、季節水果                     | 紅豆豆花     |