

日期	星期	主食	主菜	副菜1	副菜2	青菜	湯品	備註	全日供應	午市供應	下午茶供應	晚飯供應	大廳	外賣	
2	一	薏仁飯 <small>白米+洋薏仁</small>	京醬肉柳 <small>豬肉+洋蔥-煮</small>	炸 避風塘雞翅 <small>雞翅(X1)+蝦米-炸</small>	鮮菇黃瓜 <small>時瓜+菇-煮</small>	深綠時蔬	味噌湯 <small>豆腐+海帶芽</small>	水果	6.5	2.5	2.4	2.5	1	875	
3	二	白飯 <small>白米</small>	貴妃雞丁 <small>雞肉+蘿蔔+海山醬-煮</small>	肉燥干丁 <small>豆干+豬肉+菇-煮</small>	白菜滷 <small>白菜+木耳-煮</small>	深綠時蔬	番茄蛋花湯 <small>雞蛋+番茄</small>		6.5	2.5	2.4	2.3	0	806	
4	三	小米飯 <small>白米+小米</small>	港式 叉燒肉切片 <small>豬肉切條-烤</small>	玉米沙茶雞 <small>玉米+雞肉-煮</small>	雙色花椰 <small>花椰菜+紅蘿蔔-煮</small>	深綠時蔬	香菇雞湯 <small>高麗菜+菇+雞骨</small>	水果	6.4	2.5	2.5	2.4	1	866	
5	四	白飯 <small>白米</small>	糖醋雞丁 <small>雞肉+洋蔥-炒</small>	蒸蛋 <small>雞蛋+蔬菜-蒸</small>	螞蟻上樹 <small>冬粉+高麗菜+豬肉-炒</small>	有機蔬菜	金瓜排骨湯 <small>南瓜+湯排</small>		6.5	2.5	2.6	2.5	0	820	
6	五	焗烤 義大利麵 <small>麵+豬肉+起司</small>	高昇豬小排 <small>豬肉+豬小排-炒</small>	醬烤甜不辣 <small>甜不辣(X1)+玉米-烤</small>	雞絲銀芽 <small>豆芽菜+雞肉-炒</small>	深綠時蔬	榨菜肉絲湯 <small>榨菜+豬肉</small>	蒸肉包		6.5	2.5	2.5	2.5	0	818
9	一	白飯 <small>白米</small>	咖哩雞 <small>雞肉+洋芋-煮</small>	醬爆 豬肉 <small>豬肉-燴</small>	蔥爆豆干 <small>豆干+洋蔥-炒</small>	深綠時蔬	針菇排骨湯 <small>金針菇+海帶芽+湯排</small>	水果	6.4	2.6	2.4	2.5	1	876	
10	二	地瓜飯 <small>白米+地瓜</small>	蠔汁豬排 <small>豬排(X1)-燒</small>	菜脯蛋 <small>雞蛋+菜脯-炒</small>	櫻花蝦高麗 <small>高麗菜+櫻花蝦-煮</small>	深綠時蔬	玉米濃湯 <small>玉米+雞蛋</small>		6.6	2.4	2.5	2.6	0	822	
蔬食日	三	香菇花生油飯 <small>白米+糯米+豬肉+花生+香菇</small>	鴿蛋滷味 <small>鴿蛋(X2)+蘿蔔-滷</small>	炸 天婦羅 <small>地瓜+鮑菇+百頁-炸</small>	白菜煮 <small>白菜+紅蘿蔔-煮</small>	深綠時蔬	酸辣湯 <small>豆腐+筍+木耳</small>	水果	6.5	2.6	2.1	2.5	1	875	
12	四	麥片飯 <small>白米+麥片</small>	香蔥魚排 <small>魚排(烏魚)(X1)+蔥-燴</small>	左宗棠雞 <small>雞肉+蔬菜-炒</small>	炒青木瓜 <small>青木瓜+木耳-炒</small>	有機蔬菜	四神湯 <small>洋薏仁+湯排</small>		6.6	2.4	2.2	2.5	0	810	
13	五	白飯 <small>白米</small>	三杯雞 <small>雞肉+鮑菇-煮</small>	金沙花枝丸 <small>花枝丸(X1)+玉米+鹹蛋-炒</small>	豆皮絲瓜 <small>絲瓜+豆皮-煮</small>	深綠時蔬	番茄羅宋湯 <small>豆腐+番茄+湯排</small>	流沙 奶皇包		6.5	2.5	2.4	2.5	0	815
16	一	燕麥飯 <small>白米+燕麥</small>	韓式泡菜豬 <small>豬肉+黃豆芽+泡菜-炒</small>	茶碗蒸 <small>雞蛋+蔬菜-蒸</small>	清炒結菜 <small>結頭菜+紅蘿蔔-炒</small>	深綠時蔬	巧達濃湯 <small>洋芋+紅蘿蔔</small>	水果	6.6	2.6	2.5	2.4	1	888	
17	二	白飯 <small>白米</small>	烤 雞腿 <small>雞腿(X1)-烤</small>	麻婆豆腐 <small>豆腐+豬肉-煮</small>	紅片花椰 <small>花椰菜+紅蘿蔔-煮</small>	深綠時蔬	味噌鮮菇湯 <small>金針菇+海帶芽+味噌</small>		6.5	2.4	2.5	2.6	0	815	
18	三	紫米飯 <small>白米+紫米</small>	紅燒肉 <small>豬肉+油豆腐-燒</small>	炸 鹽酥雞 <small>雞肉+地瓜-炸</small>	開陽白菜 <small>白菜+蝦米+紅蘿蔔-煮</small>	深綠時蔬	蘿蔔排骨湯 <small>蘿蔔+湯排</small>	水果	6.3	2.6	2.3	2.4	1	862	
19	四	白飯 <small>白米</small>	包心雞肉捲 <small>雞肉捲(X1)-烤</small>	高麗炒肉片 <small>高麗菜+豬肉-炒</small>	咖哩粉絲 <small>冬粉+豬肉-煮</small>	有機蔬菜	南瓜濃湯 <small>南瓜+雞蛋</small>		6.6	2.5	2.3	2.4	0	815	
20	五	法式 白醬義大利麵 <small>麵+豬肉+白醬</small>	醬燒 里肌豬排 <small>豬排(X1)-燒</small>	湯包 <small>小籠湯包(X2)-蒸</small>	地瓜薯條 <small>地瓜切條-烤</small>	深綠時蔬	山藥排骨湯 <small>山藥+洋薏仁+湯排</small>	巧克力 吐司		6.4	2.6	2.4	2.5	0	816
23	一	白飯 <small>白米</small>	照燒醬雞排 <small>雞排(X1)-燒</small>	蘿蔔燉排骨 <small>蘿蔔+豬肉-煮</small>	炒佛手瓜 <small>佛手瓜+木耳-炒</small>	深綠時蔬	南瓜雞湯 <small>南瓜+雞骨</small>	水果	6.5	2.5	2.2	2.5	1	870	
24	二	胚芽飯 <small>白米+胚芽米</small>	梅干扣肉 <small>豬肉+筍+梅菜-煮</small>	蝦捲 <small>蝦捲(X2)-烤</small>	清炒玉米 <small>玉米+小黃瓜+葡萄乾-煮</small>	深綠時蔬	酸辣湯 <small>豆腐+筍+木耳</small>		6.3	2.6	2.3	2.4	0	802	
蔬食日	三	金瓜米粉炒 <small>米粉+豆芽菜+豬肉+南瓜</small>	古早味 滷蛋盤 <small>雞蛋(X1)+筍-滷</small>	雪菜干丁 <small>豆干+雪菜-炒</small>	炒高麗菜 <small>高麗菜+木耳-炒</small>	深綠時蔬	味噌湯 <small>蘿蔔+海帶芽</small>	水果	6.5	2.4	2.5	2.5	1	870	
26	四	蕎麥飯 <small>白米+蕎麥</small>	燒烤肉柳 <small>豬肉+洋蔥-炒</small>	炸 翅小腿拼盤 <small>翅小腿(X1)+馬鈴薯-炸</small>	麵輪海結 <small>海帶結+麵輪-煮</small>	有機蔬菜	大滷湯 <small>白菜+木耳</small>		6.5	2.5	2.4	2.5	0	815	
27	五	白飯 <small>白米</small>	蔥油雞翅 <small>雞翅(X1)-煮</small>	紅蘿蔔炒蛋 <small>雞蛋+紅蘿蔔-炒</small>	炒蒲瓜 <small>蒲瓜+木耳-炒</small>	深綠時蔬	蘑菇濃湯 <small>洋芋+蘑菇</small>	起司麵包		6.4	2.5	2.5	2.5	0	811
30	一	五穀飯 <small>白米+五穀米</small>	奶醬肉片 <small>豬肉+鮑菇-煮</small>	關東煮 <small>油豆腐+蘿蔔+玉米-煮</small>	茄汁寬粉 <small>寬冬粉+洋蔥+番茄-煮</small>	深綠時蔬	海芽蛋花湯 <small>雞蛋+海帶芽</small>	水果	6.5	2.5	2.4	2.6	1	880	
31	二	白飯 <small>白米</small>	蒜香魚排 <small>魚排(烏魚)(X1)+蒜-燴</small>	乾煸馬鈴薯 <small>洋芋+豬肉-炒</small>	鮑菇菜豆 <small>菜豆(四季豆)+鮑菇-炒</small>	深綠時蔬	冬瓜湯 <small>冬瓜+湯排</small>		6.7	2.4	2.3	2.7	0	828	