

113 年 9 月上半月臺南教養院特餐菜單-1

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
日期							09/01
早餐							1. 麵包 糖尿無餡 2. 豆漿
午餐							1. 蘿蔔雞丁 2. 番茄炒蛋 3. 炒青江菜 4. 豆薯香菇湯 5. 清粥 去骨. 剉碎
晚餐							1. 蔬菜肉片 2. 酸菜豬血 3. 炒洋蔥 4. 當歸麵線湯 糖尿: 粥 375g 剉碎

製表 頂旺團膳便當工廠 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安營養師

膳食管理委員會：

113年9月上半月臺南教養院特餐菜單-2

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
日期	09/02	09/03	09/04	09/05	09/06	09/07	09/08
早餐	1. 肉包 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 皮蛋肉末滑蛋 粥	1. 豆沙包 2. 紅茶 糖尿：無糖紅茶	1. 雞絲滑蛋粥	1. 麵包 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 麻醬麵 糖尿減麵多菜 2. 紫菜蛋花湯	1. 麵包 糖尿不給甜餡 2. 麥茶 糖尿：無糖麥茶
午餐	1. 糖醋魚排 糖尿魚排不給醬 2. 塔香炒蛋 3. 腐乳空心菜 4. 三絲湯 5. 清粥 6. 水果 糖尿：粥 375g 去骨. 剝碎	1. 海南雞肉 2. 高麗菜炒培根 3. 滷紅白蘿蔔丁 4. 冬菜冬粉湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剝碎	1. 洋蔥燒肉片 2. 魚香茄子 3. 炒鵝白菜 4. 紫菜蛋花湯 5. 水果 6. 清粥 剝碎	1. 菲力雞排 2. 炒青江菜 3. 味噌豆腐湯 4. 水果 5. 義大利肉醬麵 糖尿：麵 200g 剝碎	1. 香菇燉雞 2. 番茄炒蛋 3. 炒油菜 4. 關東煮湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剝碎	1. 蜜汁豬肉絲 (糖尿：蒜泥豬肉絲) 2. 蔬菜蛋羹 (不芶芡) 3. 炒大陸妹 4. 冬瓜香菇湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：粥 375g 剝碎	1. 洋芋燒肉 2. 三杯什錦 3. 炒青椒 4. 丸子湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 剝碎
晚餐	1. 醬爆肉片 2. 香酥豆腐 3. 炒菜豆 4. 冬菜肉末湯 5. 清粥 剝碎	1. 蔥燒魚片 2. 枸杞蒸蛋 3. 炒油菜 4. 蔬菜湯 5. 清粥 去骨. 剝碎	1. 香酥魚排 2. 豬血豆腐煲 3. 炒豆薯香菇絲 4. 海芽蛋花湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剝碎	1. 紅蔥肉燥雞肉 絲 2. 茄汁豆包 3. 炒地瓜葉 4. 巧達濃湯 (不芶芡) 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剝碎	1. 鐵板豬排 2. 麻婆豆腐(不 辣) 3. 白菜滷 4. 柴魚高麗菜湯 5. 清粥 剝碎	1. 茄汁雞丁 2. 韭菜豬血 3. 芝麻海帶芽 4. 蘿蔔玉米湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剝碎	1. 麻油燉雞 2. 玉米粒炒蛋 3. 炒小白菜 4. 酸菜筍片湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g

製表 頂旺團膳便當工廠 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安營養師

膳食管理委員會：

113年9月上半月臺南教養院特餐菜單-3

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
日期	09/09	09/10	09/11	09/12	09/13	09/14	09/15
早餐	1. 碗粿 2. 海芽蛋花湯	1. 大肉包 2. 紅茶 糖尿：無糖紅茶	1. 蔬菜滑蛋瘦肉粥	1. 麵包 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 肉醬麵 糖尿減麵多菜 2. 紫菜蛋花湯	1. 麵包 2. 保久乳	1. 菜包 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿
午餐	1. 肉燥雞肉絲 2. 柴魚汁蒸蛋 3. 炒地瓜葉 4. 玉米濃湯 5. 水果 6. 清粥 去骨. 剁碎	1. 洋蔥燒肉片 2. 豆薯炒蛋 3. 炒四季豆 4. 鮮菇湯 5. 水果 6. 清粥 剁碎	1. 無骨雞排 2. 炒紅蘿蔔絲 3. 冬菜油豆腐湯 4. 水果 5. 義大利肉醬麵 糖尿：麵 200g 剁碎	1. 香菇燉雞 2. 塔香炒蛋 3. 炒油菜 4. 小白菜味噌湯 5. 水果 6. 清粥 去骨. 剁碎	1. 蜜汁豬肉絲 糖尿：蒜泥豬肉絲 2. 冬瓜黑輪 3. 炒大陸妹 4. 酸菜肉燥湯 5. 水果 6. 清粥 剁碎	1. 壽喜燒豬肉 2. 蔬菜炒蛋 3. 豆芽菜炒韭菜 4. 肉骨茶湯 5. 清粥 去骨. 剁碎	1. 砂鍋魚條*2 (無刺) 2. 醬油炒雞蛋 3. 炒高麗菜 4. 酸辣湯 5. 清粥 去骨. 剁碎
晚餐	1. 沙茶燒魚片 2. 魚香豆腐 3. 炒小白菜 4. 番茄蛋花湯 5. 清粥 剁碎	1. 紅燒雞肉 2. 蔬菜豬血煲 3. 炒油菜 4. 薑絲海芽湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剁碎	1. 紅蔥肉燥雞肉絲 2. 滷油豆腐 3. 開陽白菜 4. 巧達濃湯 (不茆芡) 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剁碎	1. 蒜味豬排 2. 三杯豆腐 3. 炒青江菜 4. 餛飩湯 5. 清粥 剁碎	1. 茄汁雞丁 2. 豆腐燴洋菇 3. 薑絲海帶芽 4. 蘿蔔湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剁碎	1. 香酥魚排 2. 金沙豆腐 3. 肉燥青江菜 4. 豆薯蛋花湯 5. 清粥 去骨. 剁碎	1. 南瓜燒肉 2. 毛豆炒豆乾丁 3. 炒鵝白菜 4. 冬瓜湯 5. 清粥 糖尿：粥 375 剁碎

製表 頂旺團膳便當工廠 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安營養師

膳食管理委員會：