

113 年臺南教養院 8 月下半特餐菜單-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	08/12	08/13	08/14	08/15	08/16	08/17	08/18
早餐	1. 高麗菜肉末滑蛋粥	1. 黑糖螺絲捲 糖尿菜包 2. 桶裝紅茶	1. 麻醬麵 糖尿半麵加菜 2. 豆腐味噌湯	1. 菜包 2. 桶裝豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 草莓巧克力 饅頭 2. 桶裝豆漿 糖尿用無甜餡	1. 馬鈴薯肉末滑蛋粥	1. 麵包 2. 保久乳
午餐	1. 冬瓜滷肉片 2. 金沙地瓜 3. 炒地瓜葉 4. 關東煮 5. 水果 6. 清粥 糖尿：清粥 375g 去骨	1. 滷雞腿 2. 紅燒豆腐 3. 炒筍絲 4. 鮮菇湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：清粥 375g 去骨. 剁碎	1. 洋芋雞丁 2. 蔬菜豬血煲 3. 炒四季豆 4. 油豆腐湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剁碎	1. 糖醋魚片 2. 肉燥豆腐 糖尿不淋汁 3. 炒大白菜 4. 榨菜肉絲湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨	1. 蘿蔔雞丁 2. 醬爆豆干 3. 炒豆芽菜 4. 味噌豆腐湯 5. 水果 6. 清粥 去骨. 剁碎 糖尿：粥 375g	1. 壽喜燒豬肉 2. 三絲炒蛋 3. 開陽白菜 4. 大黃瓜湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 剁碎	1. 麻油雞丁 2. 三杯豆乾丁 3. 炒青花菜 4. 酸辣湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 剁碎
晚餐	1. 三杯雞丁 2. 燴白菜 3. 柴魚汁蒸蛋 4. 當歸藥膳湯 5. 清粥 去骨. 剁碎	1. 蘑菇洋蔥肉片 2. 塔香油腐 3. 炒鐵板豆芽菜 4. 筍絲蛋花湯 5. 清粥 剁碎	1. 咕咾肉 2. 炸醬麵 3. 炒芹香高麗菜 4. 蘿蔔湯 糖尿：麵 200g 去骨	1. 醬爆肉絲 2. 洋蔥炒蛋 3. 炒青花菜 4. 酸菜豬血湯 5. 白米飯 糖尿：粥 375g 去骨	1. 滷雞腿 2. 日式蒸蛋 3. 炒海帶芽 4. 蔬菜湯(高麗菜. 紅蘿蔔. 香菇絲) 5. 清粥 去骨. 剁碎	1. 香酥魚條 2. 肉燥麵筋 3. 螞蟻上樹 4. 紫菜蛋花湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 剁碎	1. 白玉燉雞 2. 紅蘿蔔炒蛋 3. 炒冬瓜 4. 冬菜油豆腐湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 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：

113 年臺南教養院 8 月下半特餐菜單-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	08/19	08/20	08/21	08/22	08/23	08/24	08/25
早餐	1. 雞茸滑蛋粥	1. 雙色饅頭 2. 桶裝豆漿	1. 菜包 2. 桶裝豆漿	1. 廣東粥	1. 什錦炒麵 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. 粉蒸地瓜肉片 2. 酸菜韭菜豬血 3. 炒四季豆 4. 紫菜蛋花湯 5. 水果 6. 清粥 剁碎 糖尿：粥 375g	1. 醬爆雞丁 2. 碰皮豆皮白菜 滷 3. 炒豆芽菜 4. 筍片香菇湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剁碎	1. 筍干燒肉 2. 打拋豆干 3. 炒紅蘿蔔絲 4. 三絲湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：清粥 375g 剁碎	1. 茄汁肉醬麵 2. 無骨雞排 3. 鐵板豆芽 4. 蔬菜湯 5. 水果 糖尿：麵 200g 去骨. 剁碎	1. 蜜汁豬肉片 糖尿改蒜泥豬 肉片 2. 菜脯蛋 3. 炒四季豆 4. 枸杞冬瓜湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿：粥 375g 剁碎	1. 壽喜燒豬肉 2. 麻婆豆腐 3. 炒蔬菜冬粉 4. 柴魚蔬菜湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 剁碎	1. 茄汁魚條*2 (無刺) 2. 醬油炒雞蛋 3. 炒高麗菜 4. 三絲湯 5. 清粥 剁碎
晚餐	1. 三杯雞丁 2. 枸杞蒸蛋 3. 炒高麗菜 4. 芹珠丸片湯 5. 清粥 去骨. 剁碎	1. 茄汁魚片 2. 魚香豆腐 3. 炒筍絲 4. 味噌蔬菜湯 5. 清粥 剁碎	1. 左宗棠雞丁 2. 蔬菜豆腐煲 3. 炒青花菜 4. 榨菜肉絲湯 5. 清粥 糖尿：清粥 375g 去骨. 剁碎	1. 蘿蔔燒豬肉 2. 滷海帶豆干 3. 炒豆薯紅蘿蔔 4. 高麗菜湯 5. 清粥 剁碎 糖尿用清湯 糖尿：清粥 375g	1. 茄汁雞丁 2. 洋蔥炒蛋 3. 炒海帶芽 4. 蘿蔔湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 去骨. 剁碎	1. 香酥魚排 2. 豆腐蒸蛋 3. 三色豆 4. 豆薯三絲湯 5. 清粥 剁碎	1. 地瓜燒肉 2. 毛豆炒豆乾丁 3. 炒大白菜 4. 蔬菜餛飩湯 5. 清粥 糖尿：粥 375g 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：

113年8月下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	08/26	08/27	08/28	08/29	08/30	08/31	
早餐	1. 地瓜滑蛋肉末粥	1. 銀絲捲 2. 豆漿 糖尿病：無糖豆漿	1. 筍絲叉燒肉末粥	1. 芋頭肉末滑蛋粥	1. 麵包 糖尿病不給甜餡 2. 保久乳	1. 黑糖饅頭 糖尿病菜包 2. 紅茶	
午餐	1. 銀蘿燒豬肉 2. 豬血豆腐煲 3. 炒紅蘿蔔木耳 4. 筍絲蛋花湯 5. 清粥 6. 水果 糖尿病：粥 375g 剝碎	1. 五香滷雞腿 2. 醬爆豆干 3. 炒韭香豆芽菜 4. 榨菜肉絲湯 5. 清粥 6. 水果 去骨. 剝碎	1. 紅蔥肉燥雞肉絲 2. 蔥花蛋 3. 炒四季豆 4. 味噌豆腐湯 5. 清粥 6. 水果 去骨. 剝碎	1. 洋芋雞丁 2. 肉片白菜滷 3. 紅燒雙色蘿蔔 4. 蔬菜蛋花湯 5. 水果 6. 清粥 糖尿病：粥 375g 去骨、剝碎	1. 洋蔥肉絲 2. 日式蒸蛋 3. 炒鵝白菜 4. 豆薯香菇湯 5. 水果 6. 清粥 剝碎	1. 肉燥雞絲 2. 紅燒豆腐 3. 蝦皮高麗菜 4. 蔬菜湯 5. 清粥 去骨. 剝碎	
晚餐	1. 三杯雞丁 2. 玉米炒蛋 3. 芝麻海帶芽 4. 白菜滷湯 5. 清粥 去骨. 剝碎	1. 蘑菇燒肉片 2. 魚香地瓜 3. 炒洋蔥 4. 刺瓜湯 5. 清粥 剝碎	1. 醬爆雞丁 2. 鹹蛋苦瓜 3. 炒地瓜葉 4. 酸菜豬血湯 5. 清粥 剝碎	1. 咕咾肉 2. 炸醬麵 3. 馬鈴薯炒紅蘿蔔丁 4. 藥膳湯 糖尿病：麵 200g 剝碎	1. 糖醋魚條*2 2. 海芽炒蛋 3. 炒小黃瓜 4. 蘿蔔魚丸湯 5. 清粥 剝碎 糖尿病：粥 375g	1. 粉蒸南瓜肉 2. 五香豆乾丁 3. 絲瓜枸杞 4. 鮮菇湯 5. 清粥 糖尿病：粥 375g 剝碎	

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：