

114年臺南教養院1月上半菜單-1

星期			星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
月日			1月1日	1月2日	1月3日	1月4日	1月5日
早餐			麵包 保久乳	青菜肉末粥	菜包/肉包 桶裝紅茶	藍莓4薄片 桶裝豆漿	肉末地瓜蔬菜粥
午餐			洋蔥豬柳 素炒敏豆炒菇 白花椰菜 季節青菜 冬菜白菜湯 清粥 水果	魯魚排 素炒秀珍菇 紅燒豆腐 季節青菜 薑絲海帶芽 清粥 水果	紐奧良腿排 素三杯豆包 魯雙色蘿蔔 季節青菜 切片貢丸湯 清粥 水果	洋蔥炒鴨肉 素鮮蔬蘆筍 咖哩馬鈴薯 季節青菜 玉米清湯 清粥 水果	醬燒肉丁 素杏包菇 紅蘿蔔蛋 季節青菜 金針湯 清粥 水果
晚餐			陽春麵 蔥肉餡餅 季節青菜	炸豬排 三色玉米蛋 季節青菜 榨菜肉絲湯 清粥	瓜仔肉 三色高麗菜 季節青菜 柴魚豆腐湯 清粥	紅燒雞丁 枸杞大白菜 季節青菜 紫菜湯 清粥	炸豬排 滷蛋 季節青菜 南瓜湯 清粥

製表-永福飲食店 營養師-劉志誠

營養師指導者 陳怡安營養師

膳食管理委員會：

114年臺南教養院1月上半菜單-2

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
月日	1月6日	1月7日	1月8日	1月9日	1月10日	1月11日	1月12日
早餐	麵包 保久乳	蔬菜鹹蛋粥	三角蛋糕 桶裝豆漿	芋頭蔬菜粥	饅頭 桶裝麥茶	巧克力4薄片 桶裝紅茶	南瓜粥
午餐	燒烤雞腿 素川七 三色豆干丁 季節青菜 白菜冬粉湯 清粥 水果	蔥燒豬柳 素小香菇 玉米蛋 季節青菜 黃瓜湯 清粥 水果	紅燒魚柳 素角瓜三色蛋 油豆腐南瓜 季節青菜 海帶芽湯 清粥 水果	梅干扣肉 素玉米筍 青蔬豆芽菜 季節青菜 味噌豆腐湯 清粥 水果	叉燒豬排 素炒三菇 酸菜麵輪 季節青菜 切片小魚丸湯 清粥 水果	滷豬柳 素花生百頁 魯燒豬血素小白 季節青菜 筍絲湯 清粥 水果	炸魚丁 素秀珍菇 三色西芹肉末 季節青菜 當歸素肉湯 清粥 水果
晚餐	炸魚排 紅燒豆腐 季節青菜 高麗菜湯 清粥	菲力雞排 白花椰菜 季節青菜 豆薯蛋湯 清粥	肉羹麵 切片中式香腸 季節青菜 清粥	三杯雞丁 薑絲冬瓜 季節青菜 榨菜肉絲湯 清粥	無骨雞排 荷包蛋 季節青菜 大白菜湯 清粥	滷雞肉末丁 青蔬高麗菜 季節青菜 蛋花湯 清粥	炒青蔥肉片 三絲黃瓜 季節青菜 羅宋湯 清粥

製表-永福飲食店 營養師-劉志誠

營養師指導者 陳怡安營養師

膳食管理委員會：

114年臺南教養院1月上半菜單-3

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
	1月13日	1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日	1月19日
早餐	麵包 保久乳	地瓜蛋粥	碗粿 桶裝米漿	蔬菜豆皮粥	菜包/肉包 桶裝奶茶	草莓4薄片 桶裝豆漿	皮蛋瘦肉粥
午餐	鹽酥雞 素筴白筍 九層塔茄子 季節青菜 冬菜粉絲湯 清粥 水果	洋蔥無骨鴨肉 素甜豆炒菇 花生粉筍干 季節青菜 波菜湯 清粥 水果	檸檬雞腿 素豆腐皇帝豆 白玉肉末 季節青菜 味增湯 清粥 水果	香蒜大排 素炒金針菇 豆薯蛋 季節青菜 紫菜湯 清粥 水果	虱目魚排 素娃娃菜 醬燒豆腐 季節青菜 南瓜湯 清粥 水果	三色小扣肉 素炒白蘆筍 枸杞豆芽菜 季節青菜 味增湯 清粥 水果	筍丁雞肉 素杏包菇 蔥爆高麗菜 季節青菜 黑輪湯 清粥 水果
晚餐	肉燥豆干丁 絲瓜麵線 季節青菜 蒜香豆芽菜湯 清粥	滷雞塊 螞蟻上樹 季節青菜 冬瓜湯 清粥	鐵板麵 柳葉魚 季節青菜 玉米湯 清粥	滷雞丁 三色蛋 季節青菜 苦瓜湯 清粥	醬燒豬排 青蔬大白菜 季節青菜 當歸湯 清粥	豆鼓 旗魚丁 玉米蛋 季節青菜 豬血湯 清粥	糖醋肉塊 芹菜甜不辣 季節青菜 羅宋湯 清粥

製表-永福飲食店 營養師-劉志誠

營養師指導者 陳怡安營養師

膳食管理委員會：