

114年台南教養院10月

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	月日	月日	月日	10月16日	10月17日	10月18日	10月19日
早餐				豆腐蔬菜粥	銀絲卷 豆漿	麵包(糖尿不給甜餡) 蘆筍汁	
午餐				糖醋雞丁(醬汁) 金針百頁 魯貢丸 大陸妹 味增湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	黑瓜雞丁(醬汁) 鳳梨醬豆腐 魯蛋 薑絲冬瓜 菠菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	糖尿:無糖豆漿 蒲燒魚腹肉 香菇鮑菇 青花椰菜 紅燒豆腐 紫菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	皮蛋蔬菜粥 蒜泥白肉(醬汁) 油豆腐 小黃瓜 肉皮筍干 金針湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎
晚餐				香滷豬排(醬汁) 紅蘿蔔蛋 空心菜 南瓜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	魚香茄子 小白菜 高麗菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	茄汁豬排(醬汁) 三色筍絲 菜埔蛋 海帶芽湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	小雞排 洋蔥蛋 油菜 大白菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎

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



114年台南教養院10月

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	10月20日	10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25日	10月26日
早餐	麵包(糖尿不給甜餡) 保久乳	地瓜蔬菜粥 魯豬柳 油豆腐 三色蛋 油菜 豆薯蛋花湯 清粥	黑糖饅頭 麥茶 糖尿:無糖綠茶 炒麵 杏包菇甜豆 陰鼓豆腐 青江菜 枸杞素肉湯 清粥	蔬菜皮蛋粥 燒烤雞腿 魯麵腸 酸菜豬血 鵝白菜 紫菜蛋花湯 清粥	菜包 豆漿 糖尿:無糖豆漿 虱目魚柳 金針豆干 洋蔥炒培根 絲瓜冬粉 大黃瓜湯 清粥	麵包(糖尿不給甜餡) 紅茶 糖尿:無糖紅茶 筍干肉丁 豆腐素肉 滷蛋 青椒 筍絲湯 清粥	地瓜蔬菜粥 醬燒魚丁 醬燒杏鮑菇 麻婆豆腐 空心菜 蘿蔔湯 清粥
午餐	咖哩肉塊 三色蛋 青江菜 大白菜 筍絲湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	油豆腐 三色蛋 油菜 豆薯蛋花湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	杏包菇甜豆 陰鼓豆腐 青江菜 枸杞素肉湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	燒烤雞腿 魯麵腸 酸菜豬血 鵝白菜 紫菜蛋花湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	虱目魚柳 金針豆干 洋蔥炒培根 絲瓜冬粉 大黃瓜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	筍干肉丁 豆腐素肉 滷蛋 青椒 筍絲湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	醬燒魚丁 醬燒杏鮑菇 麻婆豆腐 空心菜 蘿蔔湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎
晚餐	醬燒雞肉末 青椒香腸末 螞蟻上樹 玉米湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	麻油雞丁(醬汁) 鹹蛋半顆 大陸妹 冬瓜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	魯雞丁 紅蘿蔔蛋 豆芽菜 南瓜湯 糖尿:麵200g 糖尿:特別餐:剝碎	沙茶肉片 古早味肉燥 大白菜 味增丁香湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	三杯雞丁 白花椰菜 菜埔蛋 菠菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	花枝排 魯麵輪 小白菜 海帶芽湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	茄汁豬排 塔香煎蛋 南瓜 高麗菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎

營養師指導者 陳怡安營養師



製表-永福飲食店
營養師-劉志誠

114年台南教養院10月

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	10月27日	10月28日	10月29日	10月30日	10月31日		
早餐	麵包(糖尿不給甜餡) 保久乳	蔬菜皮蛋粥 醬瓜雞丁 木耳豆腐 青椒火腿丁 油菜 豆腐湯 清粥	麵包(糖尿不給甜餡) 蘆筍汁 糖尿:無糖奶茶 古早味炒麵 三色蛋 醬燒豆腐 小黃瓜 冬瓜湯 清粥	蔬菜蛋粥	銀絲卷 豆漿 糖尿:無糖豆漿 蒜泥肉 素杏包菇甜豆 大陸妹 芹菜豆干絲 玉米湯 清粥		
午餐	香滷豬柳 袖珍豆干丁 大陸妹 紅蘿蔔蛋 小白菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	魯豬排 素豆干杏包菇 青江菜 洋蔥炒蛋 筍絲湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎		
晚餐	香雞片 三色蛋 大黃瓜 金針湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	柳葉魚 麵輪肉燥 高麗菜 南瓜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	打拋雞肉末 干貝酥 白花椰菜 金針湯 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	無骨雞排 魯蛋 雙色蘿蔔 紫菜蛋花湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	炸蝦排 油菜 火腿玉米 豬血湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎		

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



