

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
早餐						11月1日	11月2日
午餐							蔬菜蛋粥
							茄汁豬排(醬汁) 麻婆豆腐 紅蘿蔔蛋 油菜 枸杞冬瓜湯 清粥
晚餐							葱爆豬柳(醬汁)
							滷肉燥 高麗菜 豆薯蛋花湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎

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

星期日

星期六

星期五

星期四

星期三

星期二

星期一

星期

	11月3日	11月4日	11月5日	11月6日	11月7日	11月8日	11月9日
早餐	麵包(糖尿不給甜餡) 保久乳	玉米蔬菜粥	紅豆饅頭 綠茶 糖尿:無糖綠茶	青菜豆腐粥 黑胡椒豬排(醬汁) 三色蛋 醬燒豆腐 大陸妹 冬菜冬粉湯 清粥	銀絲卷 豆漿 糖尿:無糖豆漿 糖醋雞丁(醬汁) 素杏包菇敏豆 青椒肉絲 三色洋蔥 筍絲湯 清粥	麵包(糖尿不給甜餡) 紅茶 糖尿:無糖紅茶	鹹蛋蔬菜粥 蒜泥肉(醬汁) 荷包蛋 高麗菜 小黃瓜 切片貢丸湯 清粥
午餐	筍乾肉丁(醬汁) 黑胡椒燒豆包 洋蔥炒蛋 油菜 大黃瓜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	匈牙利豬柳(醬汁) 醬燒凍豆腐 大白菜 菜脯蛋 黑輪湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	肉羹麵 青江菜 魯麵輪 糖尿:麵200g 特別餐:剁碎	魚香茄子 小黃瓜 榨菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	水果 紅燒薑絲虱目魚(醬汁) 滷蛋 翡翠筍絲 白蘿蔔湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	醬燒肉條(醬汁) 塔香煎蛋 白花椰菜 海帶芽湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	魯豬排(醬汁) 鹹蛋半顆 絲瓜冬粉 波菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎
晚餐	炸雞丁 雙色白玉 酸菜豬血 當歸麵線湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	柳葉魚 螞蟥上樹 空心菜 黃豆芽湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	魯雞塊(醬汁) 魯秀珍甜豆 大黃瓜 青椒香腸 玉米湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	味增雞肉末(醬汁) 魚香茄子 小黃瓜 榨菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	水果 紅燒薑絲虱目魚(醬汁) 滷蛋 翡翠筍絲 白蘿蔔湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	醬燒肉條(醬汁) 塔香煎蛋 白花椰菜 海帶芽湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎	魯豬排(醬汁) 鹹蛋半顆 絲瓜冬粉 波菜湯 清粥 糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剁碎

陳怡安營養師

營養師指導者

製表-永福飲食店
營養師-劉志誠

星期 星期二 星期三 星期四 星期五 星期六 星期日

星期	11月10日	11月11日	11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	月日
早餐	麵包(糖尿不給甜餡) 保久乳	鹹蛋蔬菜粥 咖哩肉片(醬汁) 袖珍豆干丁 洋蔥香腸片 三色豆 豆腐湯 清粥	菜包 麥茶 磨菇麵 海苔捲 高麗菜 筍絲湯	地瓜蔬菜粥 打拋豬 麻婆豆腐 菜圃炒蛋 大陸妹 味增丁香湯 清粥	芋頭饅頭 紅茶 糖尿:無糖紅茶 醬燒雞塊 豆瓣杏鮑菇 豆莢大白菜 金沙豆腐 玉米湯 清粥	麵包(糖尿不給甜餡) 豆漿 糖尿:無糖豆漿 蒜泥虱目魚柳 素豆干毛豆 紅燒豆腐 青花椰菜 金針湯 清粥	
午餐	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:麵200g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	
晚餐	水果 香雞堡排 海苔捲 油菜 冬瓜湯 清粥	水果 壽喜燒肉片 魯蛋 蝦米黃瓜 南瓜湯 清粥	水果 筍干滷肉 三色毛豆 蠔油荷包蛋 白胡椒菜 蘿蔔湯 清粥	水果 無骨雞排 酸菜豬血 小白菜 紫菜蛋花湯 清粥	薑燒豬柳 三色冬瓜 空心菜 榨菜湯 清粥	燒肉排 洋蔥炒蛋 冬帶芽湯 清粥	
	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	糖尿:飯150g 糖尿:粥375g 特別餐:剝碎	

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



