

115.2 月上半月臺南教養院一般餐菜單-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							02/01
早餐							1. 麵包 2. 杏仁茶 糖尿用無糖豆漿
午餐							1. 蘿蔔燉雞 2. 三色豆腐 3. 菇扒冬瓜 4. 炒鵝白菜 5. 味噌豆腐湯 6. 水果(院生.日照) 7. 香Q白飯
晚餐							1. 蒜味肉絲 2. 培根炒青椒 3. 香菇燒麵輪 4. 炒菠菜 5. 豆薯湯 6. 糙米飯

製表:卡多利亞食品股份有限公司 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安 營養師

115. 2 月上半月臺南教養院一般餐菜單-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	02/02	02/03	02/04	02/05	02/06	02/07	02/08
早餐	1. 肉包 2. 麥茶 糖尿：無糖麥茶	1. 蘿蔔糕 2. 茄汁炒蛋 3. 蔬菜味噌湯	1. 高麗菜肉末粥 2. 玉米炒蛋	1. 麵包 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 絲瓜肉末粥 2. 蔥花炒蛋	1. 麵包 2. 保久乳	1. 芝麻饅頭 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿
午餐	1. 貴妃雞丁 2. 玉米炒蛋 3. 螞蟻上樹 4. 炒地瓜葉 5. 蘿蔔湯 6. 水果(院生.日照) 7. 白米飯 糖尿飯 150g	1. 沙茶魚片 2. 哨子豆腐 糖尿不淋汁 3. 蛋酥白菜 4. 炒豆芽菜 5. 榨菜肉絲湯 6. 水果(院生.日照) 7. 小米飯 糖尿：飯 150g	1. 肉燥雞肉絲 2. 炒菠菜(院生.日照) 3. 冬瓜香菇湯 4. 水果(院生.日照) 5. 咖哩炒麵	1. 洋蔥肉絲 2. 蔬菜粉絲 3. 麻婆豆腐 4. 炒芥菜 5. 筍絲湯 6. 水果(院生.日照) 7. 白米飯 糖尿：飯 150g	1. 香酥魚排 2. 番茄炒蛋 3. 青椒肉絲 4. 炒青江菜 5. 豆皮蔬菜湯 6. 水果(院生.日照) 7. 糙米飯	1. 醬爆豬肉片 2. 家常豆腐 3. 洋蔥培根 4. 炒地瓜葉 5. 柴魚蔬菜湯 6. 水果(院生) 7. 白米飯	1. 銀芽雞肉 2. 花生豆干丁 3. 肉燥冬瓜 4. 炒大陸妹 5. 三絲湯 6. 水果(院生) 7. 白米飯
晚餐	1. 醬爆肉片 2. 家常豆腐 3. 肉燥南瓜 4. 炒油菜 5. 筍絲蛋花湯 6. 白米飯 糖尿：飯 150g	1. 紅燒雞丁 2. 高麗菜炒蛋 3. 三色麵筋 4. 炒大陸妹 5. 枸杞冬瓜湯 6. 白米飯 糖尿：飯 150g	1. 香酥花枝排 2. 豆瓣豆腐 3. 滷蛋 4. 炒紅蘿蔔金針菇 5. 三絲湯 6. 燕麥飯	1. 紅燒雞丁 2. 銀芽肉片 3. 蘿蔔麵輪 4. 白菜滷 5. 青菜蛋花湯 6. 香 Q 白飯 糖尿：飯 150g	1. 糖醋雞肉 2. 炒油菜 3. 當歸高麗菜湯 4. 蔬菜肉絲醬油炒麵 糖尿：麵 200g	1. 香酥魚條 2. 香菇蒸蛋 3. 白菜滷 4. 炒菠菜 5. 味噌小白菜湯 6. 小米飯	1. 南瓜燉肉片 2. 三杯豆腐 3. 紅蘿蔔炒蛋 4. 炒鵪白菜 5. 大黃瓜湯 6. 香 Q 白飯 糖尿：飯 150g

製表：卡多利亞食品股份有限公司 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安 營養師

115. 2 月上半月臺南教養院一般餐菜單-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	02/09	02/10	02/11	02/12	02/13	02/14	02/15
早餐	1. 蘿蔔糕 2. 炒蛋 3. 紫菜金針菇湯	1. 大肉包 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿	1. 台式鹹粥 2. 滷蛋	1. 麵包 2. 豆漿	1. 南瓜肉末粥 2. 炒蛋	1. 麵包 2. 保久乳 糖尿用無糖豆漿	1. 黑糖饅頭 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿
午餐	1. 京醬肉絲 2. 麻婆豆腐 3. 日式蒸蛋 4. 炒青花菜 5. 冬瓜湯 6. 水果(院生. 日照) 7. 香 Q 白飯 糖尿:飯 150g	1. 義大利肉醬麵 2. 韓式雞排 3. 鐵板豆芽 4. 蔬菜湯 5. 水果(院生. 日照) 糖尿:麵 200g	1. 麻油雞肉 2. 豆瓣豆腐 3. 蔬菜粉絲 4. 炒油菜 5. 紫菜蛋花湯 6. 水果(院生. 日照) 7. 香 Q 白飯 糖尿:飯 150g	1. 粉蒸地瓜肉片 2. 魚香茄子 3. 咖哩白花菜 4. 炒青江菜 5. 香菇筍絲湯 6. 水果(院生. 日照) 7. 紫米飯 糖尿:飯 150g	1. 滷雞腿 2. 醬爆豆干 3. 柴魚蒸蛋 4. 炒大陸妹 5. 味噌高麗菜湯 6. 水果(院生. 日照) 7. 香 Q 白飯 糖尿:飯 150g	1. 壽喜燒豬肉 2. 九層塔蔬菜炒蛋 3. 冬瓜麵筋 4. 炒小芥菜 5. 酸辣湯 6. 水果(院生) 7. 小米飯 糖尿:飯 150g	1. 洋芋雞肉 2. 肉羹白菜滷 3. 蠔油豆腐 4. 炒油菜 5. 玉米蛋花湯 6. 水果(院生. 日照) 7. 香 Q 白飯 糖尿:飯 150g
晚餐	1. 紅蔥雞絲 2. 花瓜肉燥 3. 香菇白菜滷 4. 炒青江菜 5. 味噌湯 6. 香 Q 白飯 糖尿:飯 150g	1. 咖哩魚丁 2. 洋蔥香腸片 3. 苦瓜鹹蛋 4. 炒小芥菜 5. 巧達濃湯 6. 香 Q 白飯 糖尿:飯 150g	1. 柴魚燒豬肉絲 2. 糖醋豆包 3. 枸杞蒸蛋 4. 炒大陸妹 5. 南瓜濃湯 6. 白米飯 糖尿用清湯	1. 三杯蔬菜雞肉 2. 番茄炒蛋 3. 豆包炒高麗菜 4. 炒菠菜 5. 柴魚蘿蔔湯 6. 香 Q 白飯	1. 香酥魚條 2. 金沙金針菇絲瓜 3. 肉燥豆腐 4. 炒油菜 5. 麻油鮮蔬湯 6. 白米飯	1. 咖哩雞肉丁 有馬鈴薯就減飯 2. 沙茶肉片洋蔥 3. 魚香蘿蔔 4. 炒筍絲 5. 白菜蛋花湯 6. 白米飯 糖尿:飯 150g	1. 糖醋魚片 2. 筍乾肉片 3. 日式蒸蛋 4. 炒地瓜葉 5. 當歸高麗菜湯 6. 白米飯

製表:卡多利亞食品股份有限公司 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安 營養師