

115.5 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					05/01	05/02	05/03
早餐					1. 巧克力饅頭 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿	1. 南瓜肉末粥 2. 蔥花炒蛋	1. 麵包 2. 保久乳
午餐					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. 三色蛋 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. 蔬菜糖醋魚片 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. 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. 蔥燒魚丁 2. 香菇蒸蛋 3. 白菜滷 4. 炒空心菜 5. 味噌小白菜湯 6. 小米飯	1. 南瓜燉肉 2. 三杯豆腐 3. 紅蘿蔔炒蛋 4. 炒鵝白菜 5. 大黃瓜湯 6. 香Q白飯 糖尿:飯 150g

製表: 卡多利亞股份有限公司 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安 營養師



115.5 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	05/04	05/05	05/06	05/07	05/08	05/09	05/10
早餐	1. 肉包 2. 麥茶 糖尿：無糖麥茶	1. 黑糖饅頭 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 蔬菜肉末粥 2. 炒蛋	1. 麵包 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿	1. 大菜包 2. 保久乳 糖尿用無糖豆漿	1. 玉米滑蛋粥 2. 紅燒麵輪	1. 麵包 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿
午餐	1. 咖哩雞丁 2. 滷蛋 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. 香酥魚片 2. 青椒香腸 糖尿不淋汁 3. 蛋酥白菜 4. 炒空心菜 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. 炒青江菜 3. 冬瓜香菇湯 4. 水果(院生.日照) 5. 什錦炒麵	1. 蔥爆肉絲 2. 蔬菜粉絲 3. 蕃茄炒蛋 4. 炒小白菜 5. 筍絲湯 6. 水果(院生.日照) 7. 白米飯 糖尿：飯 150g	1. 左宗棠洋芋雞肉 2. 塔香炒蛋 3. 沙茶洋蔥肉絲 4. 炒油菜 5. 酸辣湯 6. 水果(院生.日照) 7. 香Q白飯 糖尿：飯 150g	1. 筍干燒肉丁 2. 三杯茄子 3. 絲瓜炒蛋 4. 炒大陸妹 5. 芥菜湯 6. 水果(院生.日照) 7. 糙米飯	1. 高麗菜燉雞 2. 醬油炒蛋 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. 京醬肉片 2. 蠔油豆腐 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. 翡翠蒸蛋 3. 三色豆炒絞肉 4. 炒大陸妹 5. 麻油高麗菜湯 6. 白米飯 糖尿：飯 150g	1. 香酥花枝排 2. 豆瓣豆腐 3. 洋蔥炒蛋 4. 炒紅蘿蔔金針菇 5. 三絲湯 6. 燕麥飯	1. 蔭醬蔬菜雞丁 2. 回鍋肉片 3. 肉羹白菜 4. 炒青花菜 5. 青菜蛋花湯 6. 香Q白飯 糖尿：飯 150g	1. 酸甜醬魚條 2. 炒地瓜葉 3. 當歸高麗菜湯 4. 茄汁肉醬麵	1. 肉燥雞肉絲 2. 蔬菜粉絲煲 3. 麻婆豆腐 4. 炒青江菜 5. 蔬菜湯 6. 紫米飯 糖尿：飯 150g	1. 蒜味蔬菜肉片 2. 培根炒洋蔥 3. 蔬菜糖醋魚片 4. 炒油菜 5. 豆薯湯 6. 糙米飯

製表：卡多利亞股份有限公司 陳宜蓁 營養師

營養師指導者 陳怡安 營養師



115.5 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	05/11	05/12	05/13	05/14	05/15		
早餐	1. 銀絲卷 2. 奶茶 糖尿用無糖奶茶	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 糖尿用無糖豆漿	1. 芝麻饅頭 2. 阿華田 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. 麻油雞肉 2. 客家小炒 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. 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. 粉蒸地瓜肉片 2. 魚香茄子 3. 咖哩白花菜 4. 絲瓜炒蛋 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. 青椒肉絲 3. 滷蛋 4. 炒大陸妹 5. 味噌金針菇湯 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. 芹菜珠魚丸湯 6. 香Q白飯 糖尿:飯 150g	1. 紅燒魚丁 2. 洋蔥香腸片 3. 苦瓜鹹蛋 4. 炒小白菜 5. 巧達濃湯 6. 香Q白飯 糖尿:飯 150g	1. 柴魚燒豬肉絲 2. 糖醋小黃瓜雞丁 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. 菇炒高麗菜 4. 炒油菜 5. 柴魚蘿蔔湯 6. 香Q白飯	1. 香酥魚條 2. 炒鵝白菜 3. 麻油鮮蔬湯 4. 麻醬麵 糖尿:麵 200g		

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

