

115.6 月下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		06/16	06/17	06/18	06/19	06/20	06/21
早餐		1. 黑糖饅頭 2. 豆漿 糖尿：無糖豆漿	1. 絲瓜肉末粥 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. 糖醋肉片 2. 青椒香腸 糖尿不淋汁 3. 蛋酥白菜 4. 炒絲瓜 5. 榨菜肉絲湯 6. 水果(院生,日照) 7. 燕麥飯	1. 無骨雞排 2. 炒青江菜 3. 冬瓜香菇湯 4. 水果(院生,日照) 5. 什錦炒麵 糖尿:麵 200g	1. 蔥爆肉絲 2. 香滷三角油豆腐 3. 韭菜炒蛋 4. 炒小白菜 5. 豆薯湯 6. 水果(院生,日照) 7. 小米飯 飯 150g	1. 左宗棠洋芋雞肉 2. 苦瓜鹹蛋 3. 花枝捲 4. 炒小黃瓜 5. 酸辣湯 6. 水果(院生,日照) 7. 白飯	1. 筍干燒肉丁 2. 茄子燒豆腐 3. 鮪魚玉米 4. 炒大陸妹 5. 芥菜湯 6. 水果(院生,日照) 7. 紫米飯 飯 150g	1. 紅燒雞丁 2. 醬油炒蛋 3. 菇扒冬瓜 4. 炒鵪白菜 5. 味噌豆腐湯 6. 水果(院生,日照) 7. 白飯
晚餐		1. 香菇雞丁 2. 滷蛋 3. 三色豆炒絞肉 4. 大黃瓜炒木耳 5. 麻油高麗菜湯 6. 白飯	1. 鳳梨咕咾肉 2. 豆瓣豆腐 3. 菜脯蛋 4. 炒紅蘿蔔金針菇 5. 三絲湯 6. 紫米飯	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. 白飯	1. 五香滷豬排 2. 炒三色豆 3. 當歸高麗菜湯 4. 茄汁肉醬麵 糖尿:麵 200g	1. 肉燥雞肉絲 2. 番茄炒蛋 3. 肉絲酸菜金針菇 4. 炒筍絲 5. 蔬菜湯 6. 白飯	1. 蒜味蔬菜肉片 2. 培根炒洋蔥 3. 蔬菜糖醋魚片 4. 炒空心菜 5. 大黃瓜湯 6. 小米飯

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



115.6 月下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	06/22	06/23	06/24	06/25	06/26	06/27	06/28
早餐	1. 銀絲卷 2. 紅茶牛乳 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	1. 蔬菜肉末粥 2. 蔥炒蛋	1. 麵包 2. 保久乳
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. 雙蘿滷肉 3. 滷蛋 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. 塔香炒蛋 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	1. 壽喜燒豬肉 2. 蟹絲蒸蛋 3. 豆薯炒雞絲 4. 咖哩白花椰 5. 酸辣湯 6. 水果(院生) 7. 小米飯	1. 蒜香雞肉 2. 客家小炒 3. 肉燥冬瓜 4. 炒空心菜 5. 三絲湯 6. 水果(院生) 7. 白米飯
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. 大黃瓜燴肉羹 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	1. 黑瓜雞肉丁 2. 肉片高麗菜 3. 魚香蘿蔔 4. 炒地瓜葉 5. 白菜蛋花湯 6. 白米飯	1. 南瓜燉肉 2. 三杯豆腐 3. 紅蘿蔔炒蛋 4. 炒鵝白菜 5. 榨菜肉絲湯 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. 6 月下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	06/29	06/30					
早餐	1. 蘿蔔糕 2. 紫菜蛋花湯	1. 黑糖饅頭 2. 豆漿 糖尿用無糖豆漿					
午餐	1. 筍絲炒肉絲 2. 菜脯蛋 3. 螞蟻上樹 4. 炒青江菜 5. 豆皮蔬菜湯 6. 水果(院生,日照) 7. 糙米飯 糖尿:飯 150g	1. 醬爆豬肉片 2. 家常豆腐 3. 豆芽菜韭菜肉絲 4. 炒絲瓜 5. 柴魚蔬菜湯 6. 水果(院生) 7. 白米飯					
晚餐	1. 酸菜雞肉 2. 蔬菜糖醋魚片 3. 肉燥蘿蔔 4. 炒油菜 5. 高麗菜湯 6. 香 Q 白飯	1 肉燥雞肉絲 2. 滷蛋 3. 肉羹白菜滷 4. 炒小白菜 5. 味噌蘿蔔湯 6. 小米飯					

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

