台南教養院 2026年08月上第01週菜單(素食)以當天實際菜色為準

星期		一	二	三	四	五	六	日
日期							8/1	8/2
午餐	主食						米飯	米飯
	主菜						翡翠豆腐	塔香煎蛋
	副菜						義式香料杏鮑菇	哨子豆腐
	副菜						三色花生	乾煸四季豆
	青菜						時令蔬菜	時令蔬菜
	湯						熱湯	熱湯
晚餐	主食						米飯	米飯
	主菜						香菇素干丁	醬燒豆腐
	副菜						炒什錦菇	西芹炒菇
	副菜						翡翠南瓜	豆瓣筍片
	青菜						時令蔬菜	時令蔬菜
	湯						熱湯	熱湯

營養師指導者　陳怡安 營養師

製表:卡多利亞食品股份有限公司　陳宜蓁　營養師

衛生福利部臺南教養院 115年7月29日 膳食管理小組

台南教養院 2026年08月上第02週菜單(素食)以當天實際菜色為準

星期		一	二	三	四	五	六	日
日期		8/3	8/4	8/5	8/6	8/7	8/8	8/9
午餐	主菜	米飯	米飯	炒麵	米飯	米飯	米飯	米飯
	主菜	宮保豆腐	三杯豆腐	宮保杏鮑菇	沙茶海茸	彩椒炒菇	香菇素干丁	素肉排
	副菜	醬油炒雞蛋	香菇筍片	塔香豆干	滷蛋	九層塔蕃茄	炒什錦菇	西芹炒菇
	副菜	彩椒杏鮑菇	乾煸四季豆	三色玉米	紅藜毛豆仁	荷包蛋	翡翠南瓜	豆瓣筍片
	青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
	湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯
晚餐	主菜	米飯	米飯	米飯	米飯	炒麵	米飯	米飯
	主菜	茄汁豆包	三色豆腐	紅燒烤麩	紅燒麵輪	醬爆豆干	翡翠豆腐	義式香料杏鮑菇
	副菜	番茄白花菜	菜脯蛋	芹香炒菇	魚香茄子	黑胡椒杏鮑菇	蒸蛋	哨子豆腐
	副菜	什錦鮮菇	塔香茄子	芝麻南瓜	蔬菜炒菇	蔬菜芋頭丁	三色花生	乾煸四季豆
	青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
	湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯

營養師指導者　陳怡安 營養師

製表:卡多利亞食品股份有限公司　陳宜蓁　營養師

衛生福利部臺南教養院 膳食管理小組 115年7月29日

台南教養院 2026年08月上第03週菜單(素食)以當天實際菜色為準

星期		一	二	三	四	五	六	日
日期		8/10	8/11	8/12	8/13	8/14	8/15	8/16
午餐	主食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	主菜	海結冬瓜	滷紅白蘿蔔	三杯炒菇	彩椒炒菇	金菇紅蘿蔔	黑胡椒炒菇	翡翠豆腐
	副菜	荷包蛋	香滷豆干	鮮菇咖哩豆腐煲	番茄炒蛋	糖醋豆腐	紅燒蘿蔔	塔香杏鮑菇
	副菜	三杯炒菇	蜜汁香菇	三絲大白菜	四季豆三絲	白花什錦	醬燒油豆腐	三色花生
	青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
	湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯
晚餐	主食	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯	米飯
	主菜	醬爆豆干	紅燒麵輪	香菇高麗	翡翠豆腐	枸杞冬瓜	辣味炒菇	醬油炒雞蛋
	副菜	宮保杏鮑菇	枸杞蒸蛋	蘿蔔毛豆	塔香炒菇	香滷豆干	滷蛋	什錦炒菇
	副菜	枸杞南瓜	蔬菜炒菇	洋芋燉菇	三色花生	黑胡椒杏鮑菇	紅K高麗菜	毛豆豆干
	青菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
	湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯	熱湯

營養師指導者　陳怡安 營養師

製表:卡多利亞食品股份有限公司　陳宜蓁　營養師

