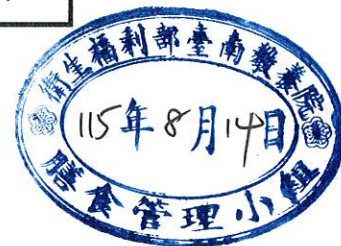


台南教養院 2026年08月下第01週菜單(素食)以當天實際菜色為準

星期		一	二	三	四	五	六	日
日期		8/17	8/18	8/19	8/20	8/21	8/22	8/23
午餐	主食	米飯	米飯	麵食	米飯	米飯	米飯	米飯
	主菜	宮保豆腐	香酥杏鮑菇	宮保杏鮑菇	荷包蛋	彩椒炒菇	香菇素干丁	枸杞海芽
	副菜	茄汁洋芋	香菇筍片	塔香豆干	什錦炒菇	番茄豆腐蛋	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	炒三絲	醬油炒蛋	醬燒豆腐
	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	麵食	米飯	米飯
	主菜	滷蛋	三色豆腐	紅燒烤麩	紅燒麵輪	醬爆豆干	翡翠豆腐	芋頭燒時蔬
	副菜	番茄白花菜	高麗菜炒蛋	芹香炒菇	魚香茄子	胡蘿蔔包白菜	義式香料杏鮑菇	哨子豆腐
	副菜	什錦鮮菇	塔香茄子	蒸蛋	蔬菜炒菇	三杯杏鮑菇	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

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



台南教養院 2026年08月下第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		8/24	8/25	8/26	8/27	8/28	8/29	8/30
午餐	主食	米飯	米飯	麵食	米飯	米飯	米飯	米飯
	主菜	滷蛋	紅燒麵輪	香菇高麗	翡翠豆腐	枸杞冬瓜	辣味炒菇	塔香海草
	副菜	芹香炒菇	椒鹽杏鮑菇	蘿蔔毛豆	塔香炒菇	香滷豆干	醬油炒蛋	什錦炒菇
	副菜	枸杞南瓜	蔬菜炒菇	香菇素肉燥	三色花生	菜脯蛋	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
晚餐	主食	米飯	米飯	米飯	米飯	麵食	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	筍乾豆腐	香滷豆干	咖哩白花菜	蒸蛋	滷蛋	紅燒蘿蔔	塔香杏鮑菇
	副菜	三杯炒菇	蜜汁香菇	荷包蛋	四季豆三絲	白花什錦	滷豆乾海帶	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

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



台南教養院 2026年08月下第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	8/31						
午餐	主食	米飯					
	主菜	蒸蛋					
	副菜	番茄白花菜					
	副菜	什錦鮮菇					
	青菜	時令蔬菜					
	湯	熱湯					
晚餐	主食	米飯					
	主菜	宮保豆腐					
	副菜	茄汁洋芋					
	副菜	彩椒杏鮑菇					
	青菜	時令蔬菜					
	湯	熱湯					

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



