台南教養院 2026年09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		9/28	9/29	9/30	10/1	10/2	10/3	10/4
午餐	主食	米飯	米飯	麵食	米飯	米飯	米飯	米飯
	主菜	醬爆豆干	紅燒麵輪	醬燒杏鮑菇	翡翠豆腐	枸杞冬瓜	辣味炒菇	塔香海茸
	副菜	芹香炒菇	椒鹽茄子	蘿蔔毛豆	塔香炒菇	香滷豆干	毛豆炒蛋	什錦炒菇
	副菜	枸杞南瓜	蔬菜炒菇	洋芋燉菇	三色花生	蜜汁南瓜	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	枸杞蒸蛋	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	紅燒蘿蔔	咖哩白花菜	九層塔炒蛋	荷包蛋	客家小炒	塔香杏鮑菇
	副菜	三杯炒菇	蜜汁香菇	醬燒油豆腐	四季豆三絲	白花什錦	滷蛋	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