第一周										
	星期一		星期二		星期三		星期四		1/2星期五	
早點	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
									麻油蛋麵線	麻油
										雞蛋
										白麵線
午餐									薏仁飯	薏仁
										白米
									豆腐乳魚丁	多利魚
										豆腐
										豆腐乳
									甜椒甜不辣	甜椒
										甜不辣
									金針雞湯	金針
										雞胸肉
									季節鮮蔬	青菜
									時令水果	水果
午點									小兔包	小兔包

第二周										
	1/5星期一		1/6星期二		1/7星期三		1/8星期四		1/9星期五	
早點	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
	小菜包	小菜包	芹香肉末粥	芹菜	炒粄條	絞肉	慶生蛋糕	慶生蛋糕	肉羹湯麵	肉羹
	香醇牛奶	香醇牛奶		絞肉		豆芽菜	枸杞茶	枸杞		柴魚
				白米		粄條				白麵條
午餐	南洋薑黃炒飯	薑黃	白米飯	白飯	糙米飯	糙米	五穀飯	五穀	紫米飯	紫米
		雞蛋				白飯		白飯		白米
		油豆片	鸚嘴豆肉柳	鸚嘴豆	海節燒雞	海帶節	蒜泥白肉	蒜泥	樹子魚丁	鯛魚片
		鴻喜菇		肉絲		雞胸肉		豬肉		樹子
		白米	炒大頭菜	大頭菜		洋蔥		小黃瓜		豆腐
	玉米濃湯	玉米粒		紅蘿蔔	迷迭香烤麩	迷迭香	芙蓉蒸蛋	魚板	雲耳絲瓜	絲瓜
		濃湯包	紫菜蛋花湯	紫菜		烤麩		雞蛋		黑木耳
		雞蛋		雞蛋		紅蘿蔔	蓮子薏仁湯	蓮子	香菇雞湯	香菇
		洋蔥	季節鮮蔬	青菜		黑木耳		薏仁		雞胸肉
	季節鮮蔬	青菜	時令水果	水果	肉骨茶湯	肉骨茶包	季節鮮蔬	青菜	季節鮮蔬	青菜
	時令水果	水果				排骨	時令水果	水果	時令水果	水果
					季節鮮蔬	青菜				
					時令水果	水果				
午點	大滷麵	白細麵	蒸馬鈴薯	馬鈴薯	紅豆湯	紅豆	滷味	豆干	銀絲卷	銀絲卷
		八角						海帶		
		白蘿蔔						白蘿蔔		
		紅蘿蔔								

第三周										
	1/12星期一		1/13星期二		1/14星期三		1/15星期四		1/16星期五	
早點	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
	蔓越莓饅頭	蔓越莓饅頭	雞茸玉米粥	雞胸肉	大麵炒	白麵條	紅豆麵包	紅豆麵包	豚骨拉麵	高麗菜
	香醇牛奶	香醇牛奶		玉米粒		肉燥				柴魚
				白米		豆芽菜				拉麵
										豬肉
午餐	金瓜炒米粉	洋蔥	紅藜飯	紅藜	小米飯	小米	芝麻飯	芝麻飯	燕麥飯	燕麥
		高麗菜		白飯		白飯		白飯		白米
		油豆片	紅燒獅子頭	獅子頭	咖哩雞肉	洋蔥	薑汁燒肉	杏鮑菇	茄汁鯛魚	鯛魚
		紅蘿蔔		大白菜		雞胸肉		豬肉		豆腐
		米粉	炒馬鈴薯	馬鈴薯		紅蘿蔔		香菇		茄汁
		金瓜		紅蘿蔔		馬鈴薯	九層塔煎蛋	九層塔	蝦皮炒黃瓜	蝦皮
	味噌豆腐湯	豆腐	蟹肉蛋花湯	蟹肉	醬燒豆腸	豆腸		雞蛋		大黃嘎
		味噌		雞蛋			什錦鮮菇湯	金針菇	蒜香雞湯	蒜頭
	季節鮮蔬	青菜		豆腐	山藥排骨湯	排骨		鴻喜菇		雞胸肉
	時令水果	水果	季節鮮蔬	青菜		山藥		猴頭菇	季節鮮蔬	青菜
			時令水果	水果	季節鮮蔬	青菜	季節鮮蔬	青菜	時令水果	水果
					時令水果	水果	時令水果	水果		
午點	素餛飩湯	餛飩	香Q玉米	玉米	燒仙草	仙草	燒賣	燒賣	小籠包	小籠包
		紫菜				八寶豆				

第四周										
	1/19星期一		1/20星期二		1/21星期三		1/22星期四		1/23星期五	
早點	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
	五穀饅頭	五穀饅頭	芋頭鹹粥	芋頭	蔥油乾麵	絞肉	起士麵包	起士麵包	米苔目湯	韭菜
	香醇牛奶	香醇牛奶		絞肉		豆芽菜				柴魚
				白米		白細麵				米苔目
午餐	鮮筍燴飯	洋蔥	蕎麥飯	蕎麥	薏仁飯	薏仁	白米飯	白米	糙米飯	糙米
		高麗菜		白飯		白飯	洋芋燉肉	馬鈴薯		白米
		豆乾丁	洋蔥豬柳	豬柳	蠔油雞片	杏鮑菇		豬肉	豆酥魚片	多利魚
		紅蘿蔔		洋蔥		雞胸肉		洋蔥		豆腐
		桶筍		黃紅椒		洋蔥		紅蘿蔔		豆酥
				洋蔥	豆瓣豆腐	板豆腐	玉米炒蛋	玉米	絲瓜燴鴻喜菇	絲瓜
	酸辣湯	豆腐	台式魯菜頭	八角		紅蘿蔔		雞蛋		鴻喜菇
		紅蘿蔔		白蘿蔔		洋蔥	玉米蘿蔔湯	白蘿蔔	紅棗雞湯	紅棗
		黑木耳	青菜蛋花湯	白菜		豆瓣		玉米		雞胸肉
		雞蛋		雞蛋	牛蒡排骨湯	牛蒡			季節鮮蔬	青菜
		金針菇	季節鮮蔬	青菜		排骨	季節鮮蔬	青菜	時令水果	水果
	季節鮮蔬	青菜	時令水果	水果	季節鮮蔬	青菜	時令水果	水果		
	時令水果	水果			時令水果	水果				
午點	雞絲麵	雞絲麵	蒸番薯	番薯	黑糖豆花	豆花	豆干包湯	豆干包	花捲饅頭	花捲饅頭
		柴魚				黑糖		柴魚		