| 第一周 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 11/2星期一 | | 11/3星期二 | | 11/4星期三 | | 11/5星期四 | | 11/6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 |
| | 黑糖饅頭 | 黑糖饅頭 | 廣東粥 | 絞肉 | 炸醬麵 | 小黃瓜 | 葡萄麵包 | 葡萄麵包 | 肉絲炒麵 | 豬肉絲 |
| | 香醇牛奶 | 香醇牛奶 | | 香菇 | | 絞肉 | | | | 高麗菜 |
| | | | | 高麗菜 | | 白麵條 | | | | 紅蘿蔔 |
| | | | | 玉米粒 | | | | | | 黃麵 |
| | | | | 白米 | | | | | | |
| 午餐 | 白米飯 | 白米 | 芝麻飯 | 芝麻 | 糙米飯 | 糙米 | 蕎麥飯 | 蕎麥 | 薏仁飯 | 薏仁 |
| | 素麻婆豆腐 | 素肉燥 | | 白米 | | 白米 | | 白米 | | 白米 |
| | | 豆腐 | 日式壽喜燒 | 豬肉片 | 照燒雞 | 雞腿肉 | 泰式打拋豬 | 絞肉 | 奶香鮭魚 | 奶油 |
| | 薑絲炒海龍 | 海龍 | | 洋蔥 | | 白芝麻 | | 小番茄 | | 鮭魚 |
| | | 紅蘿蔔 | | 大白菜 | 毛豆炒豆干 | 毛豆 | | 九層塔 | 鮮菇燴絲瓜 | 絲瓜 |
| | | 薑絲 | | 蔥 | | 豆干 | 玉米蒸蛋 | 雞蛋 | | 雪白菇 |
| | 酸辣湯 | 豆腐 | 什錦炒玉米筍 | 木耳 | | 紅蘿蔔 | | 玉米 | | 鴻喜菇 |
| | | 紅蘿蔔 | | 紅蘿蔔 | 冬瓜排骨湯 | 冬瓜 | 蘑菇濃湯 | 蘑菇 | 薑片雞湯 | 薑 |
| | | 黑木耳 | | 玉米筍 | | 排骨 | | 濃湯包 | | 雞胸肉 |
| | | 雞蛋 | 番加豆腐蛋花湯 | 番茄 | | | | 雞蛋 | | |
| | | 金針菇 | | 豆腐 | 季節鮮蔬 | 青菜 | | | 季節鮮蔬 | 青菜 |
| | 季節鮮蔬 | 青菜 | | 雞蛋 | 時令水果 | 水果 | 季節鮮蔬 | 青菜 | 時令水果 | 水果 |
| | 時令水果 | 水果 | 季節鮮蔬 | 青菜 | | | 時令水果 | 水果 | | |
| | | | 時令水果 | 水果 | | | | | | |
| 午點 | 榨菜冬粉湯 | 榨菜 | 蒸馬鈴薯 | 馬鈴薯 | 紅豆小湯圓 | 紅豆 | 鮮肉珍珠丸子 | 鮮肉珍珠丸子 | 小籠包 | 小籠包 |
| | | 冬粉 | | | | 紅湯圓 | | | | |
| | | | | | | 白湯圓 | | | | |

| 第二周 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 11/9星期一 | | 11/10星期二 | | 11/11星期三 | | 11/12星期四 | | 11/13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 |
| | 小兔包 | 小兔包 | 吻仔魚瘦肉粥 | 吻仔魚 | 木須炒麵 | 豬肉絲 | 慶生蛋糕 | 慶生蛋糕 | 絲瓜麵線 | 絲瓜 |
| | 香醇牛奶 | 香醇牛奶 | | 絞肉 | | 黑木耳 | 香醇牛奶 | 香醇牛奶 | | 雞蛋 |
| | | | | 白米 | | 雞蛋 | | | | 白麵線 |
| | | | | | | 高麗菜 | | | | |
| | | | | | | 刀削麵 | | | | |
| 午餐 | 蔬菜拌炒冬粉 | 高麗菜 | 五穀飯 | 五穀飯 | 燕麥飯 | 燕麥 | 紫米飯 | 紫米 | 紅藜飯 | 紅藜 |
| | | 紅蘿蔔 | 香菇肉燥 | 乾香菇 | | 白米 | | 白米 | | 白米 |
| | | 黑木耳 | | 碎瓜 | 滷雞腿 | 雞腿 | 竹筍炒肉絲 | 豬肉絲 | 麻婆鮪魚 | 鮪魚 |
| | | 豆干 | | 絞肉 | | 青蔥 | | 筍絲 | | 豆腐 |
| | | 冬粉 | 魯大白菜 | 黑木耳 | 韭香豆芽 | 豆芽菜 | 九層塔煎蛋 | 九層塔 | 雲耳蒲瓜 | 蒲瓜 |
| | 羅宋湯 | 番茄 | | 大白菜 | | 韭菜 | | 雞蛋 | | 豬肉絲 |
| | | 洋蔥 | | 紅蘿蔔 | | 紅蘿蔔 | 南瓜濃湯 | 南瓜 | | 黑木耳 |
| | | 高麗菜 | 海帶芽蛋花湯 | 海帶芽 | 蘿蔔排骨湯 | 白蘿蔔 | | 濃湯包 | | 紅蘿蔔 |
| | | 紅蘿蔔 | | 雞蛋 | | 排骨 | | 雞蛋 | 香菇雞湯 | 雞胸肉 |
| | | 馬鈴薯 | | | | | | | | 香菇 |
| | | | 季節鮮蔬 | 青菜 | 季節鮮蔬 | 青菜 | 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 | 季節鮮蔬 | 青菜 |
| | 時令水果 | 水果 | | | | | | | 時令水果 | 水果 |
| | | | | | | | | | | |
| 午點 | 大滷麵 | 白麵條 | 蒸番薯 | 番薯 | 綠豆薏仁湯 | 綠豆 | 滷味 | 大溪豆干 | 奶皇包 | 奶皇包 |
| | | 黑木耳 | | | | 薏仁 | | 竹輪 | | |
| | | 紅蘿蔔 | | | | | | 白蘿蔔 | | |
| | | 大白菜 | | | | | | 百頁豆腐 | | |
| | | | | | | | | | | |

| 第三周 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 11/16星期一 | | 11/17星期二 | | 11/18星期三 | | 11/19星期四 | | 11/20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 |
| | 菜包 | 菜包 | 香菇玉米粥 | 乾香菇 | 肉燥乾拌雞蛋麵 | 絞肉 | 蔓越莓麵包 | 蔓越莓麵包 | 沙茶冬粉湯 | 高麗菜 |
| | 香醇牛奶 | 香醇牛奶 | | 玉米粒 | | 雞蛋麵 | | | | 豬肉 |
| | | | | 絞肉 | | 蔥 | | | | 冬粉 |
| | | | | 白米 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| 午餐 | 素肉排蛋炒飯 | 素肉排 | 小米飯 | 小米 | 芝麻飯 | 芝麻 | 糙米飯 | 糙米 | 蕎麥飯 | 蕎麥 |
| | | 豆干 | | 白飯 | | 白米 | | 白米 | | 白米 |
| | | 高麗菜 | 蘿蔔燉肉 | 梅花豬 | 醬爆雞丁 | 雞腿肉 | 瓜仔肉 | 絞肉 | 茄汁鱸魚 | 鱸魚 |
| | | 三色豆 | | 白蘿蔔 | | 小黃瓜 | | 脆瓜 | | 豆腐 |
| | | 雞蛋 | 海帶干絲 | 海帶絲 | | 甜麵醬 | 洋蔥炒蛋 | 雞蛋 | | 番茄 |
| | | 白米 | | 豆干絲 | 京燒豆腐 | 板豆腐 | | 洋蔥 | 紅燒冬瓜 | 冬瓜 |
| | 洋蔥馬鈴薯湯 | 洋蔥 | | 紅蘿蔔絲 | | 紅蘿蔔 | 什錦鮮菇湯 | 金針菇 | | 紅蘿蔔 |
| | | 馬鈴薯 | 青菜蛋花湯 | 青菜 | | 鮮香菇 | | 鴻喜菇 | 養生雞湯 | 紅棗 |
| | | 濃湯包 | | 雞蛋 | 山藥排骨湯 | 山藥 | | 鮮香菇 | | 枸杞 |
| | | 雞蛋 | | | | 排骨 | | | | 雞胸肉 |
| | | | 季節鮮蔬 | 青菜 | | | 季節鮮蔬 | 青菜 | | |
| | 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 | 素餛飩湯 | 素餛飩 | 蒸蘿蔔糕 | 蘿蔔糕 | 雙圓甜湯 | 地瓜圓 | 燒賣 | 燒賣 | 銀絲卷 | 銀絲卷 |
| | | 紫菜 | | | | 芋圓 | | | | |
| | | | | | | | | | | |

| 第四周 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 11/23星期一 | | 11/24星期二 | | 11/25星期三 | | 11/26星期四 | | 11/27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 |
| | 全麥饅頭 | 全麥饅頭 | 竹筍鹹粥 | 竹筍 | 炒米粉 | 高麗菜 | 鹹奶油餐包 | 鹹奶油餐包 | 米苔目湯 | 韭菜 |
| | 香醇牛奶 | 香醇牛奶 | | 絞肉 | | 紅蘿蔔 | | | | 柴魚 |
| | | | | 白米 | | 絞肉 | | | | 米苔目 |
| | | | | | | 米粉 | | | | 肉絲 |
| | | | | | | | | | | |
| 午餐 | 奶香青醬義大利麵 | 筆管麵 | 薏仁飯 | 蕎麥 | 五穀飯 | 五穀飯 | 燕麥飯 | 燕麥 | 紫米飯 | 紫米 |
| | | 鴻喜菇 | | 白米 | 三杯雞腿肉 | 雞腿肉 | | 白米 | | 白米 |
| | | 蘑菇 | 紅燒獅子頭 | 獅子頭 | | 薑片 | 馬鈴薯燉肉 | 馬鈴薯 | 蔥香吻仔魚 | 吻仔魚 |
| | | 玉米筍 | | 大白菜 | | 蒜頭 | | 梅花豬 | | 青蔥 |
| | | 節瓜 | | 黑木耳 | | 九層塔 | | 洋蔥 | 雙瓜燴肉片 | 冬瓜 |
| | | 九層塔醬 | | 紅蘿蔔 | 什錦四季豆 | 四季豆 | | 紅蘿蔔 | | 大黃瓜 |
| | | 奶油 | 蒜香花椰菜 | 綠花椰菜 | | 黑木耳 | 滷蛋 | 雞蛋 | | 豬肉片 |
| | 玉米濃湯 | 玉米 | | 白花椰菜 | | 杏鮑菇 | 番茄菇菇湯 | 番茄 | | 香菇 |
| | | 濃湯包 | 紫菜蛋花湯 | 紫菜 | 大黃瓜排骨湯 | 大黃瓜 | | 鴻禧菇 | 雙色蘿蔔雞湯 | 白蘿蔔 |
| | | 雞蛋 | | 雞蛋 | | 排骨 | | 金針菇 | | 紅蘿蔔 |
| | | | | | | | | | | 雞胸肉 |
| | 季節鮮蔬 | 青菜 | 季節鮮蔬 | 青菜 | 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 | 時令水果 | 水果 | 季節鮮蔬 | 青菜 |
| | | | | | | | | | 時令水果 | 水果 |
| 午點 | 滑蛋雞絲麵 | 雞絲麵 | 香Q玉米 | 玉米 | 椰奶西米露 | 椰奶 | 關東煮 | 鱈魚丸 | 芋泥包 | 芋泥包 |
| | | 雞蛋 | | | | 西谷米 | | 白蘿蔔 | | |
| | | 玉米粒 | | | | | | 板豆腐 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |

| 第五周 | | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 11/30星期一 | | 星期二 | | 星期三 | | 星期四 | | 星期五 | |
| 早點 | 餐點名稱 | 食材內容 | | | | | | | | |
| | 芝麻包 | 芝麻包 | | | | | | | | |
| | 香醇牛奶 | 香醇牛奶 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| 午餐 | 咖哩烏龍炒麵 | 烏龍麵 | | | | | | | | |
| | | 咖哩 | | | | | | | | |
| | | 紅蘿蔔 | | | | | | | | |
| | | 高麗菜 | | | | | | | | |
| | | 黑木耳 | | | | | | | | |
| | 味噌湯 | 味噌 | | | | | | | | |
| | | 豆腐 | | | | | | | | |
| | | 柴魚 | | | | | | | | |
| | | 海帶芽 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | 季節鮮蔬 | 青菜 | | | | | | | | |
| | 時令水果 | 水果 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| 午點 | 油豆腐細粉 | 油豆腐 | | | | | | | | |
| | | 冬粉 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |