



日期	12月3日	12月4日	12月5日	12月6日	12月7日					
菜色	 地瓜飯 滷蛋 髮菜羹 滷素豆排 四季青菜 奶皇包 麵線湯	米 蛋 髮菜 豆排 青菜 包子 麵線湯	香Q米飯 碳烤雞腿 鮮炒菇菇 番茄豆腐 四季青菜 豬血湯	米 雞腿 菇類 豆腐 青菜 豬血	香Q米飯 鐵路大排 芙蓉蒸蛋 港式蘿蔔糕 四季青菜 檸檬珍珠紅茶	米 豬排 蛋 蘿蔔糕 青菜 珍珠	寶島白飯 滷雞腿 冠媽肉燥鴿蛋 關東煮 四季青菜 味噌豆腐湯	米 雞腿 絞肉 蘿蔔 青菜 豆腐	玉米炒飯 韓式泡菜肉片 白菜福袋羹 百燴菇類 四季青菜 玉米濃湯(芡)	米 豬肉 白菜 菇類 青菜 玉米
蛋白質	27	26	28	27	27					
脂肪	21	21	22	22	21					
糖類	103	102	108	106	104					
總熱量	709	705	747	729	715					
日期	12月10日	12月11日	12月12日	12月13日	12月14日					
菜色	地瓜飯 甜玉米百匯 韓式泡菜鍋 地瓜條 四季青菜 黑糖饅頭 蘿蔔湯	米 玉米 菜 地瓜 青菜 饅頭 蘿蔔	長粒米飯 滷雞排 臘肉豆乾 海苔章魚燒 四季青菜 酸辣湯(芡)	米 雞排 豆干 豆腐	稻香米飯 勁辣雞腿 白菜花枝丸 冠媽肉燥鴿蛋 四季青菜 巧克力可可亞	米 雞腿 花枝丸 絞肉 青菜 巧克力	寶島白飯 韓式泡菜肉片 豆輪燒肉 山藥捲 四季青菜 丸子湯	米 泡菜 豆輪 山藥捲 青菜 丸類	寶島白飯 蜜汁雞翅 什錦貢丸羹 紅燒獅子頭 四季青菜 榨菜肉絲湯	米 雞翅 貢丸 獅子頭 青菜 肉絲
蛋白質	27	27	27	28	28					
脂肪	22	22	22	22	22					
糖類	104	106	106	107	107					
總熱量	719	733	728	739	741					
日期	12月17日	12月18日	12月19日	12月20日	12月21日					
菜色	地瓜飯 芙蓉蒸蛋 地瓜條 甜玉米百匯 四季青菜 大甲芋頭包 蘿蔔湯	米 蛋 地瓜 玉米 青菜 包子 蘿蔔	寶島白飯 黑胡椒豬排 柴魚章魚 番茄豆腐 四季青菜 關東煮	米 豬排 章魚燒 豆腐 青菜 蘿蔔	香Q米飯 豪華香雞排 梅干扣肉 髮菜羹 四季青菜 珍珠紅茶	米 雞排 豬肉 髮菜 青菜 珍珠	香Q米飯 滷雞腿 玉米年糕 什錦燴肉 四季青菜 味噌豆腐湯	米 雞腿 糕 豬肉 青菜 豆腐	糯米飯 古早滷肉 芹菜香腸 黃金喜相逢 四季青菜 玉米濃湯(芡)	糯米 滷肉 香腸 青菜 玉米
蛋白質	27	27	27	28	28					
脂肪	22	22	22	22	22					
糖類	104	105	105	107	109					
總熱量	719	726	722	738	749					
日期	12月24日	12月25日	12月26日	12月27日	12月28日					
菜色	地瓜飯 泡菜年糕 菜圃炒蛋 地瓜條 四季青菜 鮮奶饅頭 麵線湯	米 年糕 蛋 地瓜 青菜 饅頭 麵線	稻香米飯 碳烤雞腿 香滷獅子頭 韓式泡菜鍋 四季青菜 豬血湯	米 雞腿 絞肉 青菜 豬血	稻香米飯 番茄咕咾肉 芹菜蝦捲 肉燥鴿蛋 四季青菜 仙草甜蜜蜜	米 豬肉 蝦捲 絞肉 青菜 仙草	稻香米飯 洋蔥排骨 麻婆豆腐 芹菜花枝丸 四季青菜 蛋花湯	米 豬肉 豆腐 花枝丸 青菜 蛋	香鬆飯 豪華香雞排 小籠包子 鮮炒菇菇 四季青菜 玉米濃湯(芡)	麵 雞排 水餃 菇類 青菜 玉米
蛋白質	27	28	32	27	27					
脂肪	22	22	25	22	22					
糖類	106	107	123	106	106					
總熱量	728	737	845	728	728					
日期	12月22日	補假								
菜色	香Q白飯 蔥炒排骨 南洋咖哩 芹菜雞堡 四季青菜 榨菜肉絲湯	排骨 咖哩 雞堡 青菜 肉絲	輕鬆一下來個笑話——討厭&難看 話說一個司機開著巴士，在途中載了一批客人，過了機一回頭看，便大叫說：「誰叫你們全部都站在車廂中間？」於是這批乘客們便說：「是你自己說討厭的站前面，難看的站後面的啊！」司機聽完便很無奈的說：「我是說到桃園的站前面，到南崁的站後面啦！」							