

10月第一週

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
<b>早餐</b> (07:00供餐)	南瓜粥 季節時蔬 炒蛋、花生麵筋	火腿起司三明治 奶茶	蒸肉包2粒 茶葉蛋 豆漿	麻油雞蛋麵線 季節時蔬	蛋餅 黑芝麻豆漿	西點麵包 牛奶	蔬菜炒麵 紫菜蛋花湯
<b>午餐</b> (11:00供餐)	洋蔥燒雞 醬燒西芹豆干片 絲瓜 時蔬 味噌海芽湯 季節水果	蔭瓜蒸魚 滷海帶豆腐 南瓜 時蔬 蕃茄蛋花湯 季節水果	滷雞腿 玉米炒肉末 苦瓜 時蔬 排骨金針湯 季節水果	滷豬排 螞蟻上樹 小黃瓜 時蔬 大黃瓜貢丸湯 季節水果	快樂餐 季節水果(季節湯品)	沙茶豬肉片 毛豆蝦仁炒蛋 南瓜 時蔬 菜脯雞湯 季節水果	薑蔥油雞 什錦菇燒豆腐 苦瓜 時蔬 海菜蛋花湯 季節水果
<b>午點心(14:30供餐)</b>	銀耳枸杞紅棗	桂圓紅豆湯	黑糖小米粥	芝麻糊		桂花小米粥	香檸愛玉甜湯
<b>晚餐</b> (17:00供餐)	蔥燒排骨 紅蘿蔔炒豆皮 冬瓜 時蔬 蘿蔔貢丸湯 季節水果	鹹蛋蒸肉餅 洋蔥炒蛋 大黃瓜 時蔬 四神湯 季節水果	豆鼓燒魚 西芹炒豆包 扁蒲 時蔬 豆醬苦瓜雞湯 季節水果	蒜香蒸排骨 番茄炒蛋 絲瓜 時蔬 香菇雞湯 季節水果	蔭鳳梨蒸魚 什菇炒肉絲 冬瓜 時蔬 玉米濃湯 季節水果	京都排骨 蘿蔔燒雞丁 大黃瓜 時蔬 薑絲冬瓜排骨湯 季節水果	味噌魚 青椒炒肉絲 扁蒲 時蔬 芥菜雞湯 季節水果

10月第二週

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
<b>早餐</b> (07:00供餐)	地瓜粥 季節時蔬 炒蛋、花生麵筋	雞肉三明治 奶茶	蔥花蛋 白饅頭 豆漿	榨菜肉絲麵線 季節時蔬	烤地瓜 茶葉蛋 糙米漿	西點麵包 牛奶	肉羹麵 季節時蔬
<b>午餐</b> (11:00供餐)	紅燒獅子頭 紅K炒蛋 絲瓜 時蔬 味噌豆腐湯 季節水果	茄汁鯛魚 彩椒雞片 南瓜 時蔬 海菜蛋花湯 季節水果	香菇燒雞 炒三絲 苦瓜 時蔬 玉米濃湯 季節水果	蒜泥白肉 洋蔥炒蛋 小黃瓜 時蔬 大黃瓜貢丸湯 季節水果	快樂餐 季節水果(季節湯品)	叻仔魚蒸蛋 彩椒雞片 南瓜 時蔬 藥燉排骨 季節水果	布子蒸魚 什蔬燴豆腐 苦瓜 時蔬 脆瓜雞湯 季節水果
<b>午點心(14:30供餐)</b>	芝麻紅豆湯	紫米薏仁粥	黑糖芝麻糊	桂花銀耳枸杞湯		綠豆薏仁湯	檸檬愛玉
<b>晚餐</b> (17:00供餐)	京醬雞腿肉 海帶燒百頁 冬瓜 時蔬 貢丸菜頭湯 季節水果	農家小炒肉 薑蔥燒中卷 大黃瓜 時蔬 冬瓜蛤犢湯 季節水果	豆酥魚 西芹豆干片 扁蒲 時蔬 雙色蘿蔔湯 季節水果	瓜仔蒸雞 青椒炒肉絲 絲瓜 時蔬 海菜豆腐羹 季節水果	蔥燒魚片 番茄燒豆腐 冬瓜 時蔬 蘿蔔排骨湯 季節水果	照燒雞腿 西芹肉絲 大黃瓜 時蔬 味噌鮮魚湯 季節水果	鹹蛋蒸肉餅 蘿蔔燒雞丁 扁蒲 時蔬 莧菜小魚湯 季節水果

10月第三週

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
<b>早餐</b> (07:00供餐)	皮蛋瘦肉粥 季節時蔬 炒蛋、花生麵筋	肉鬆三明治 奶茶	芋頭包3粒 茶葉蛋 豆漿	絲瓜麵線 季節時蔬	蔥蛋蘿蔔糕 三絲豆腐湯	西點麵包 牛奶	肉絲炒烏龍麵 青菜蛋花湯
<b>午餐</b> (11:00供餐)	蔥爆豬肉片 芹菜炒雞絲 絲瓜 時蔬 蓮藕排骨湯 季節水果	醬燒魚 筍絲炒肉絲 南瓜 時蔬 皇帝豆燉排骨 季節水果	滷雞腿 紅蘿蔔炒蛋 苦瓜 時蔬 錦繡肉羹湯 季節水果	滷豬排 洋蔥烤麩 小黃瓜 時蔬 紫菜蛋花湯 季節水果	快樂餐  季節水果(季節湯品)	沙茶豬肉片 紅K燴豆腐 南瓜 時蔬 菜頭排骨湯 季節水果	蒜香蔥油雞 菜脯蛋 絲瓜 時蔬 味噌豆腐湯 季節水果
<b>午點心(14:30供餐)</b>	銀耳枸其紅棗湯	桂圓紅豆湯	黑糖小米粥	芝麻糊		桂花小米粥	綠豆湯
<b>晚餐</b> (17:00供餐)	蒜頭雞丁 海帶滷百頁豆腐 冬瓜 時蔬 關東煮湯 季節水果	照燒雞肉 魚香茄子 大黃瓜 時蔬 花生鳳爪湯 季節水果	豆鼓燒魚 竹筍炒三絲 扁蒲 時蔬 排骨酥湯 季節水果	香菇蒸雞 炒三絲 苦瓜 時蔬 番茄蔬菜湯 季節水果	蔭鳳梨蒸魚 台式炒中卷 冬瓜 時蔬 當歸湯 季節水果	梅菜扣肉 麵筋滷白菜 大黃瓜 時蔬 芥菜蛤蜊湯 季節水果	薑絲蒸魚 蘑菇炒肉片 扁蒲 時蔬 海芽肉絲湯 季節水果

10月第四週

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	星期日
<b>早餐</b> (07:00供餐)	蔬菜粥 季節時蔬 炒蛋、花生麵筋	鮭魚三明治 奶茶	黑饅頭3粒 茶葉蛋 豆漿	餛飩麵線 季節時蔬	刈包 味增豆腐湯	西點麵包 牛奶	炒米苔目 紫菜蛋花湯
<b>午餐</b> (11:00供餐)	紅燒獅子頭 鮮菇蔥花煎蛋 絲瓜 時蔬 玉米排骨湯 季節水果	茄汁鯛魚 家常木須肉 南瓜 時蔬 紫菜蛋花湯 季節水果	三杯中卷 香菇蒸雞 苦瓜 時蔬 薑絲蚬仔湯 季節水果	滷五花肉片 毛豆滑蛋蝦仁 小黃瓜 時蔬 金針排骨湯 季節水果	快樂餐 季節水果(季節湯品)	紅燒豬排 蔥燒豆腐 南瓜 時蔬 大黃瓜魚丸湯 季節水果	樹子蒸魚 螞蟻上樹 苦瓜 時蔬 海菜蛋花湯 季節水果
<b>午點心(14:30供餐)</b>	芝麻紅豆湯	紫米薏仁粥	黑糖芝麻糊	桂花銀耳枸杞湯		香煎蘿蔔糕1片	檸檬愛玉
<b>晚餐</b> (17:00供餐)	京醬雞肉 清炒肉絲豆芽菜 冬瓜 時蔬 酸菜鴨肉湯 季節水果	瓜仔蒸肉餅 彩椒雞丁 大黃瓜 時蔬 味噌豆腐湯 季節水果	豆酥魚 青椒炒肉絲 扁蒲 時蔬 冬瓜雞湯 季節水果	枸杞蒸雞 醬爆肉末茄子 絲瓜 時蔬 紫菜蛋花湯 季節水果	菜脯蒸魚 筍片肉絲 冬瓜 時蔬 青木瓜排骨湯 季節水果	照燒雞腿 荷蘭豆炒蝦仁 大黃瓜 時蔬 什菇肉絲羹 季節水果	蔥燒雞肉 番茄炒蛋 扁蒲 時蔬 玉米貢丸湯 季節水果