

第10週

日期	10月31日 星期一	11月1日 星期二	11月2日 星期三	11月3日 星期四	11月4日 星期五
早點	叻魚仔粥	麵線湯	台式炒麵+豆腐 蛋花湯	三色炒飯	鮮蔬米粉湯
午餐	糙米飯 洋蔥滑蛋 鮮菇素肉 太祖什錦羹 田園青菜 玉米濃湯 蓮霧	白米飯 洋蔥豬排 紅燒阿給 香菇豆倫 四季青菜 冬瓜丸子湯	炒麵 黃金雞排 銀蘿丸子 紅油炒手 蒜香青菜 紫菜綜合湯	糙米飯 胡椒豬柳 黃金蛋 麻婆豆腐 寶島青菜 金針什錦湯	白米飯 咖哩雞丁 肉燥河粉 玉米肉末 田園青菜 海裙豆腐湯
午點	薏仁漿+海綿蛋糕	牛奶+小捲心	水果優格	珍珠綠豆湯	水果優格