

# 9月素食菜單

日期	星期	主食	主菜	副菜	青菜	湯	水果/ 飲品
9月1日	三	糙米飯	梅干麵腸	豆卷白菜	空心菜	枸杞馬鈴薯山藥湯	水果
9月2日	四	燕麥飯	豆包井	菇香絲瓜	有機青菜	綠豆薏仁湯	水果
9月3日	五	薏仁飯	海苔椒鹽豆腐	三色蒸蛋	有機青菜	三絲鮮菇湯	水果
9月6日	一	番茄螺旋麵	素豆皮捲*1	地瓜條	有機青菜	玉米濃湯	水果
9月7日	二	小米飯	薑燒油腐	毛豆冬瓜	有機青菜	番茄蛋花湯	水果
9月8日	三	雜糧飯	竹筍豆腸	鐵板銀芽	蚵白菜	芹香蘿蔔湯	水果
9月9日	四	薏仁飯	泡菜豆腐煲	玉米四寶	有機青菜	海芽黃芽湯	鮮奶
9月10日	五	糙米飯	椒鹽百頁	油片絲蒲瓜	有機青菜	青菜豆腐湯	水果
9月11日	六	芝麻燕麥飯	紅燒干丁	洋芋菜脯蛋	有機青菜	榨菜雙絲湯	水果
9月13日	一	糙米飯	素紅糟肉	家常豆腐	有機青菜	冬瓜大骨湯	水果
9月14日	二	海苔香鬆飯	香烤豆包*1	滑蛋黃瓜	有機青菜	山粉圓甜湯	水果
9月15日	三	燕麥飯	鹹冬瓜鑲油豆腐*2	泰式寬粉	芥藍菜	紅棗豆薯湯	水果
9月16日	四	上海菜飯	三杯豆腸		有機青菜	肉骨茶湯	水果
9月17日	五	雜糧飯	南洋咖哩豆腐	什錦花椰菜	有機青菜	紫菜蛋花湯	鮮奶
9月20日	一	中秋節彈性放假一天 不供餐					
9月21日	二	中秋節補假一天 不供餐					
9月22日	三	紫米飯	番茄燉豆腸	海帶干絲	青江菜	大滷湯	水果
9月23日	四	藜麥糙米飯	菇菇煎蛋	豆包高麗菜	有機青菜	味噌海芽湯	水果
9月24日	五	日式烏龍麵	黑胡椒素柳	芝麻包*1	有機青菜	黃瓜薑絲湯	水果
9月27日	一	雜糧飯	焗烤玉米蛋	番茄豆腐	有機青菜	白菜木耳湯	水果
9月28日	二	葵瓜子時蔬蛋炒飯	沙茶干片		有機青菜	芹香玉米段湯	鮮奶
9月29日	三	小米飯	豆包四季豆*1	日式關東煮	青花椰菜	扁蒲湯	水果
9月30日	四	燕麥飯	咕咾油腐	菇香冬瓜	有機青菜	絲瓜蛋花湯	水果