

素食飲食

國泰綜合醫院

供應型式

每天供應

3 正餐+1 點心

午水果，晚果汁

◎ 早餐主食可選擇
供應吐司或稀飯

◎ 早餐一 瓶低脂奶
搭配 2 道菜

◎ 午、晚餐主食可
選擇乾飯或稀飯
或軟飯或麵



中式早餐



午晚餐

◆ 定義

符合一般成年人營養需求的均衡飲食。

◆ 目的

提供一般成年人所需的熱量及各種營養素。

◆ 適用對象

素食者。

1.奶素者-除了奶及奶類製品外，不食用其它動物性食品者。

2.奶蛋素者-除了奶、蛋及其製品外，不食用其他動物性食品者。

營養供應量

早餐	午、晚餐	點心
300-400 大卡	600-700 大卡	150-250 大卡

