111學年度第1學期10月份餐點表

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 活力早點 | 營養午餐 | 精力下午點心 |
| 10/3 | (一) | 黑糖饅頭,麥茶 | 高麗菜豬肉飯(豬肉絲.高麗菜.雞蛋.紅蘿蔔絲),黃瓜貢丸湯、蘋果 | 綜合甜湯 |
| 10/4 | (二) | 小蛋糕,養生茶 | 香菇瓜子肉,三杯雞,季節蔬菜,蒜香蜆仔湯,香蕉 | 絲瓜蛋花粥 |
| 10/5 | (三) | 營養豆花 | 絞肉鵪鶉蛋,蒜香海帶芽,季節蔬菜,蘿蔔排骨湯, 蘋果 | 豆芽粿仔條 |
| 10/6 | (四) | 迷你黃金捲,麥茶 | 海鮮燴飯(竹筍.花枝.蝦仁.蚵.肉絲.高麗菜.虱目魚丸),香蕉 | 豬肉水餃 |
| 10/7 | (五) | 珍珠丸,紫菜湯 | 紅蘿蔔車輪,番茄花炒蛋,大陸妹,鹹菜鴨肉湯, 蘋果 | 蘿蔔關東煮 |
| 10/11 | (二) | 雞蛋麵線(雞蛋.麵線.油蔥酥) | 三色蛋(鹹蛋.皮蛋.雞蛋)、小黃瓜花枝(小黃瓜.花枝.紅蘿蔔)、空心菜、味噌豆腐湯(豆腐.鮮魚. 味噌)、香蕉 | 黑糖粉圓 |
| 10/12 | (三) | 銀絲卷,養生茶 | 古早味油飯(三色豆.魷魚.肉絲..香菇.花生),蘿蔔玉米排骨湯芭樂 | 玉米雞肉粥 |
| 10/13 | (四) | 蔬菜餛飩湯(小白菜.餛飩) | 洋蔥燉肉(洋蔥.五花肉)、九層塔海茸(九層塔.海茸)、蒜香高麗菜、黃瓜燕餃湯(大黃瓜.魚餃.燕餃)、香蕉 | 包蛋旗魚燒紫菜湯 |
| 10/14 | (五) | 芋頭餅、香茅冬瓜(檸檬香茅.冬瓜露) | 絞肉黃金魚蛋(絞肉.黃金魚蛋) 、紅燒魚塊(洋蔥.紅.黃椒.仙魚)、薑絲絲瓜、蕈菇肉絲湯、(金針菇.袖珍菇.香菇肉絲)、芭樂 | 番茄豬肉麵 |
| 10/17 | (一) | 紫菜麵線(紫菜.麵線) | 花生麵筋(花生.麵筋絞肉)、番茄炒蛋(番茄.雞蛋)、薑絲小白菜、大黃瓜排骨湯 | 仙草粉條(仙草.粉條) |
| 10/18 | (二) | 黑糖饅頭豆漿 | 雙色燒肉(紅白蘿蔔.豬肉)、生炒花枝(洋蔥.花枝)、 空心菜、翡翠小魚湯、蘋果 | 鍋燒意麵(蛋花.小白菜.花捲) |
| 10/19 | (三) | 原味豆花 | 咖哩雞肉麵(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞丁), 香蕉 | 蝦皮南瓜粥(南瓜.蝦皮.絞肉) |
| 10/20 | (四) | 芙蓉玉米濃湯(玉米粒.蟹肉棒.雞蛋液) | 醬燒豆皮(絞肉豆皮)、香酥炸肉、大陸妹菜、味噌鮮魚湯香蕉 | 桂圓小湯圓(桂圓.小湯圓) |
| 10/21 | (五) | 蟹黃燒賣紫菜湯 | 什錦豬肝炒麵(木耳.肉絲.玉米筍.高麗菜.紅蘿蔔絲.豬肉絲)枸杞冬瓜, 蘋果 | 麵包,麥茶 |
| 10/24 | (一) |  油條丸子湯(油條.魚丸.蝦丸) | 玉米雞丁炒飯(玉米粒.三色豆.雞丁.雞蛋)、皮丸湯(魚皮.魚肉.虱目魚丸)、芭樂 | 鮪魚蔬菜麵(鮪魚、白菜) |
| 10/25 | (二) | 小肉包,味噌湯(味噌.豆腐.小白菜) | 絞肉魯丸(絞肉.丸子)、流沙杏包菇(鹹蛋黃.杏包菇)、高麗菜、小葉蝦滑湯、蘋果 | 地瓜甜湯 |
| 10/26 | (三) | 鮮奶吐司,枸杞茶(枸杞.紅棗) | 肉燥小豆丁,木須肉,大陸妹,豆薯蛋花湯, 木瓜 | 廣東粥 |
| 10/27 | (四) | 煎餃,決明子茶(決明子.菊花) | 蘿蔔滷肉,麻婆豆腐,絲瓜,冬瓜蛤蠣湯, 蘋果 | 紅豆粉角 |
| 10/28 | (五) | 牛奶玉米片(牛奶.玉米片) | 關廟大滷麵(紅白蘿蔔.雞蛋.木耳.香菇.肉羹.高麗菜) 蘋果 | 素當歸鴨 |
| 10/31 | (一) | 麻油麵線 | 燒海帶結,蔥燒虱目魚柳 ,青江菜,金針肉絲湯, 蘋果 | 黃瓜金雕捲 |
| 1.本餐點食譜內容將視幼兒口味,天氣冷熱隨機調整2.餐點及午餐之菜色隨季節幼稚園有更換及變動之權力3.幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者,請事先通知本園或告知班導師**4.本園一律使用國產豬食材** |