

育仁幼兒園 114 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
10/1	(三)	黑糖饅頭、決明子茶 (決明子. 菊花) (麵粉. 黑糖)	麻油雞炒飯(麻油. 薑片. 雞肉. 鴻禧菇. 鮮香菇). 黃瓜魚餃湯(大黃瓜. 魚餃. 蛋餃. 蝦餃) 水果-蘋果	鍋燒意麵(蛋花. 小白菜. 花捲)
10/2	(四)	蘑菇玉米濃湯 (蘑菇. 玉米粒. 三色豆. 雞胸肉)	三色蛋(鹹蛋. 皮蛋. 雞蛋). 鐵道豬排(豬肉排. 醬油). 時蔬-小白菜. 味噌鮮魚湯(鮮魚. 味噌. 豆腐). 水果-小玉	綜合甜湯(黑白粉圓. 粉條粉角)
10/3	(五)	紫菜麵線 (紫菜. 油蔥酥. 麵線)	醬燒豆皮(滷豆皮. 醬油). 彩椒雞丁(雞丁. 紅. 黃椒. 小黃瓜). 時蔬-青江菜. 山藥排骨湯(山藥. 紅棗. 枸杞. 排骨). 水果-小玉	高麗菜鮪魚粥 (鮪魚罐. 高麗菜. 米)
10/7	(二)	方塊蛋糕、決明子麥茶 (麵粉. 雞蛋. 決明子. 麥茶)	古早味油飯(三色豆. 魷魚. 肉絲. 香菇. 花生) 當歸鴨肉湯(當歸藥包鴨肉). 水果-蘋果	玉米蛋花粥 (玉米. 雞蛋. 肉末)
10/8	(三)	營養豆花 (黃豆. 吉利丁粉)	絞肉鵪鶉蛋(鳥蛋. 絞肉). 洋蔥雞絲(洋蔥. 雞肉絲. 香菜). 時蔬-地瓜葉. 豆薯蛋花(豆薯. 雞蛋). 水果-蘋果	豆芽鹹粿湯 (豆芽菜. 韭菜. 鹹粿)
10/9	(四)	鍋貼、紫菜湯 (絞肉. 蔥花. 高麗菜. 紫菜)	醬燒海帶豆干(海帶豆干醬油). 麻婆豆腐(豆腐. 三色豆. 肉末). 時蔬-菠菜. 榨菜肉絲湯(榨菜絲. 豬肉絲). 水果-火龍果	土魷魚麵羹 (魚塊. 山東白菜. 油麵)
10/13	(一)	黃瓜丸子(大黃瓜. 魚丸. 蝦丸)	紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔. 雞蛋). 木耳鮮菇肉絲(香菇. 鴻喜菇. 杏包菇. 豬肉肉絲). 時蔬-高麗菜. 蛤蜊瓜子雞湯(蛤蜊. 雞肉. 花瓜. 薑片)	綠豆麥片 (綠豆. 麥片)
10/14	(二)	香菇燒賣(豬肉. 糯米. 魚漿. 蟹黃). 紫菜湯 (紫菜. 柴魚酥)	香腸炒飯(香腸. 雞蛋. 三色豆) 皮丸湯(虱目魚肉. 虱目魚皮. 魚丸) 水果-蘋果	鮪魚滑蛋粥 (鮪魚罐. 雞蛋. 肉末)
10/15	(三)	鮮奶吐司、豆漿 (麵粉. 鮮奶. 黃豆)	香菇魯雞丁(香菇. 雞丁). 蒜香海帶芽(蒜頭. 海帶芽). 時蔬-空心菜. 蘿蔔海帶湯(白蘿蔔. 海帶. 大骨). 水果-蘋果	白菜雞蛋冬粉 (白菜. 雞蛋. 冬粉)
10/16	(四)	珍珠丸、蔬菜湯、(糯米. 絞肉. 乾高麗菜綜合包)	洋蔥燉肉(洋蔥. 五花肉). 香酥魚排、(魚排. 酥炸粉). 時蔬-高麗菜. 腐皮金菇湯 水果-番茄	雞蛋麵線 (雞蛋. 油蔥. 麵線)
10/17	(五)	牛奶五彩球 (白牛奶. 玉米球)	關廟滷麵(木耳. 筍絲. 香菇. 高麗菜. 菜頭. 肉羹. 肉絲. 蛋花). 水果-蘋果	關東煮 (米血. 黑輪. 油豆腐. 蘿蔔)
10/20	(一)	醬燒小肉包、紫菜湯 (絞肉. 麵粉. 蔥. 紫菜)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔. 洋蔥. 馬鈴薯. 玉米筍. 青豆仁. 雞丁). 水果-蘋果	榨菜肉絲麵(肉絲. 榨菜. 小白菜)
10/21	(二)	南瓜饅頭、香茅冬瓜 (南瓜. 麵粉. 香茅. 冬瓜露)	四色花枝(小黃瓜. 紅. 黃椒花枝). 炸蝦捲(蝦子. 魚漿. 蔥). 時蔬-高麗菜. 冬瓜排骨湯(冬瓜. 排骨. 薑片). 水果-蘋果	紅豆雙圓湯 (紅. 綠豆. 湯圓)
10/22	(三)	營養豆花 (黃豆. 吉利丁粉)	醬燒滷蛋. 三杯雞丁(雞丁. 九層塔. 杏鮑菇). 時蔬-花椰菜. 番茄豆腐湯(番茄. 豆腐. 雞骨架). 水果-香蕉	鍋燒雞絲麵 (雞絲麵. 蛋花. 小白菜)
10/23	(四)	古早味鹹粥 (三色豆. 絞肉白米)	雙色燒肉(紅. 白蘿蔔. 五花肉). 韭菜花蝦仁炒蛋(雞蛋. 韭菜花. 蝦仁). 時蔬-空心菜(蒜頭. 空心菜). 翡翠小魚湯(翡翠. 肉棒. 吻仔魚). 水果-柳丁	黑糖粉圓 (黑糖汁. 粉圓)
10/27	(一)	雞丁蘑菇濃湯 (三色豆. 蘑菇. 玉米粒. 蛋花. 雞肉)	豆皮絞肉(豆皮. 豬絞肉). 洋蔥炒蛋(洋蔥. 雞蛋). 時蔬-高麗菜當. 海鮮湯(花枝. 蝦仁. 蚵. 筍絲). 水果-蘋果	綜合甜湯 (黑白粉圓. 粉條粉角)
10/28	(二)	梅子饅頭、桂圓枸杞茶 (麵粉. 梅子粉. 枸杞. 桂圓)	古早味油飯(四季豆. 魷魚. 肉絲. 香菇. 花生) 黃瓜貢丸湯(大黃瓜. 貢丸). 水果-蘋果	豬肉水餃 (豬絞肉. 麵粉. 高麗菜)
10/29	(三)	蔬菜餛飩湯(小白菜. 絞肉. 蔥餛飩皮)	絞肉黃金丸(黃金丸. 豬絞肉). 海帶三絲(海帶絲. 豆干絲. 紅蘿蔔絲). 時蔬-大陸妹. 白菜豆腐蛋花湯. 水果-蘋果	鴨肉麵線 (鴨肉. 當歸. 麵線)
10/30	(四)	豆漿玉米片 (豆漿. 玉米片)	高麗菜豬肉燴飯(花枝. 蝦仁. 蚵. 肉絲. 高麗菜. 金針菇. 鳥蛋). 水果-火龍果	香菇瘦肉粥 (香菇. 肉末. 芹菜末)
10/31	(五)	芋頭餅、冬瓜香茅茶 (芋頭. 餅乾. 香茅. 冬瓜露)	雞丁炒飯(玉米粒. 三色豆. 雞丁. 雞蛋) 番茄黃豆芽排骨湯(白蘿蔔. 海帶. 排骨) 水果-小玉	鍋燒意麵 (意麵. 花捲. 小白菜)

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兒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(例如: 甲殼類、花生、牛奶、蛋等), 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