# 育仁幼兒園 115 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 | (四) | 蘑菇玉米濃湯<br>(蘑菇.玉米粒.三色豆.<br>雞胸肉) | 三色蛋(鹹蛋.皮蛋.雞蛋)、鐵道豬排(豬肉排.醬油)<br>時蔬-小白菜、蘿蔔貢丸湯(蘿蔔.貢丸)、水果-梨子 | 綜合甜湯<br>(黑白粉圓.粉條粉角) |
| 10/2 | (五) | 山藥球、麥茶<br>(山藥.麵粉.麥子) | 醬燒豆皮(溼豆皮.醬油)、彩椒雞丁(雞丁.紅椒.黃椒.小黃瓜)<br>時蔬-青江菜、山藥排骨湯(山藥.紅棗.枸杞.排骨)、<br>水果-香蕉 | 高麗菜鮪魚粥<br>(鮪魚罐.高麗菜.米) |
| 10/5 | (一) | 翡翠燒賣、紫菜湯<br>(翡翠.魚漿.洋蔥) | 絞肉魯丸(絞肉.魯丸)、嫩汁魚塊、蔬菜-杏菜<br>黃瓜燕餃湯、水果-蘋果 | 愛玉粉條<br>(愛玉.粉條) |
| 10/6 | (二) | 方塊蛋糕、決明子麥茶<br>(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)<br>鹹菜鴨肉湯(鹹菜.鴨肉)、水果-蘋果 | 玉米蛋花粥<br>(玉米.雞蛋.肉末) |
| 10/7 | (三) | 豆漿穀片<br>(豆漿.穀片) | 絞肉鵪鶉蛋(鳥蛋.絞肉)、洋蔥雞絲(洋蔥.雞肉絲.香菜)<br>時蔬-高麗菜、豆薯蛋花(豆薯.雞蛋)、水果-香蕉 | 豆芽鹹粿湯<br>(豆芽菜.韭菜.鹹粿) |
| 10/8 | (四) | 鍋貼、紫菜湯<br>(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)<br>時蔬-花椰菜、香菇肉絲湯(香菇金針菇.豬肉絲)<br>水果-火龍果 | 魚丸冬粉<br>(魚丸.冬粉.小白菜) |
| 10/9 | (五) | 國慶日補假 | | |
| 10/12 | (一) | 黃瓜丸子<br>(大黃瓜.魚丸.蝦丸) | 紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔.雞蛋)、時蔬-高麗菜<br>木耳鮮菇肉絲(香菇.鴻喜菇.杏包菇.豬肉肉絲)<br>蛤蠣瓜子雞湯(蛤蠣.雞肉.花瓜.薑片) | 綠豆麥片<br>(綠豆.麥片) |
| 10/13 | (二) | 葡萄吐司、豆漿<br>(麵粉.鮮奶.黃豆) | 香腸炒飯(香腸.雞蛋.三色豆)<br>皮丸湯(虱目魚肉.虱目魚皮.魚丸)、水果-蘋果 | 鮪魚滑蛋粥<br>(鮪魚罐.雞蛋.肉末 |
| 10/14 | (三) | 牛奶麥片<br>(白牛奶..玉米片) | 香菇魯雞丁(香菇.雞丁)、蒜香海帶芽(蒜頭.海帶芽)<br>時蔬-空心菜、蘿蔔海帶湯(白蘿蔔.海帶.大骨)、水果-蘋果 | 魷魚蔬菜羹<br>(魷魚.木耳.筍絲.肉羹.<br>山東白菜) |
| 10/15 | (四) | 珍珠丸、蔬菜湯<br>(糯米.絞肉.<br>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)<br>時蔬-高麗菜、腐皮金菇湯、水果-番茄 | 雞蛋麵線<br>(雞蛋.油蔥.麵線) |
| 10/16 | (五) | 小肉包、紫菜湯<br>(絞肉.麵粉.蔥.紫菜) | 關廟滷麵(木耳.筍絲.香菇.高麗菜.菜頭.肉羹.肉絲.蛋花)<br>水果-香蕉 | 關東煮<br>(米血.黑輪.油豆腐.蘿蔔) |
| 10/19 | (一) | 古早味鹹粥<br>(三色豆.絞肉白米) | 咖哩雞肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞丁)<br>水果-蘋果 | 榨菜肉絲麵<br>(肉絲.榨菜.麵.小白菜) |
| 10/20 | (二) | 南瓜饅頭、養生茶<br>(南瓜.麵粉枸杞.紅棗露.<br>青旗) | 四色花枝(小黃瓜.紅.黃椒.花枝)、炸蝦捲(蝦子.魚漿.蔥)<br>時蔬-高麗菜、冬瓜排骨湯(冬瓜.排骨.薑片)<br>水果-蘋果 | 紅豆雙圓湯<br>(紅.綠豆.湯圓) |
| 10/21 | (三) | 鍋燒雞絲麵<br>(雞絲麵.蛋花.小白菜) | 醬燒滷蛋、三杯雞丁(雞丁.九層塔.幸包菇)<br>時蔬-花椰菜、番茄豆腐湯(番茄.豆腐.雞骨架)、水果-香蕉 | 絲瓜粥<br>(絲瓜.蛋花.絞肉.白米) |
| 10/22 | (四) | 香菇燒賣、紫菜湯<br>(豬肉.糯米.魚漿.蟹黃)<br>(紫菜.柴魚酥) | 雙色燒肉(紅.白蘿蔔.五花肉)、時蔬-空心菜(蒜頭.空心菜)<br>韭菜花蝦仁炒蛋(雞蛋.韭菜花.蝦仁)、<br>翡翠小魚湯(翡翠.絞肉棒.吻仔魚)、水果-番石榴 | 黑糖粉圓<br>(黑糖汁.粉圓) |
| 10/23 | (五) | 玉米可樂餅、豆漿<br>(玉米粒麵粉.糖粉.黃豆) | 什錦海鮮粥(高麗菜.竹筍絲.魚肉.魚丸.花枝蝦.蚵肉絲)<br>水果-梨子 | 麻油豬肝線<br>(豬肝.薑片.麻油.麵線) |
| 10/26 | (一) | 光復節補假 | | |
| 10/27 | (二) | 雞丁蘑菇濃湯<br>(三色豆.蘑菇.玉米粒.<br>蛋花.雞肉) | 古早味油飯(四季豆.魷魚.肉絲.香菇.花生)<br>黃瓜貢丸湯(大黃瓜.貢丸)、水果-蘋果 | 鍋燒意麵<br>(意麵.花捲.小白菜) |
| 10/28 | (三) | 豆漿玉米片<br>(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)<br>水果-火龍果 | 鴨肉麵線<br>(鴨肉.當歸.麵線) |
| 10/29 | (四) | 蔬菜餛飩湯<br>(小白菜.絞肉.蔥.餛飩皮) | 絞肉黃金丸(黃金丸.豬絞肉)、時蔬-大陸妹、<br>海帶三絲(海帶絲.豆干絲.紅蘿蔔絲)、白菜豆腐蛋花湯<br>水果-蘋果 | 香菇瘦肉粥<br>(香菇.肉末.芹菜末) |
| 10/30 | (五) | 芋頭餅、冬瓜香茅茶<br>(芋頭.餅乾.香茅.冬瓜露) | 雞丁炒飯(玉米粒.三色豆.雞丁.雞蛋)<br>番茄黃豆芽排骨湯(白蘿蔔.海帶.排骨)、水果-香蕉 | 綜合甜湯<br>(黑白粉圓.粉條粉角) |



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