115年10月份菜單

日期	上午點心	午　餐	下午點心	全穀根莖	肉蛋豆魚	蔬菜類	水果
10/1(四)	南瓜滑蛋粥(南瓜、白米飯、雞蛋)	白米飯+糙米飯、醬燒豆包、毛豆雞丁(毛豆、紅蘿蔔丁、雞胸肉)、炒高麗菜、味噌蛋花(味噌、雞蛋)湯、木瓜	薑片麵線湯(香油、白麵線、薑片)	○	○	○	○
10/2(五)	生日蛋糕、麥茶	鍋燒意麵 (魚丸、小白菜、雞蛋、意麵、豬肉絲)、木瓜	藍莓餐包、菊花茶	○	○	○	○
10/5(一)	枸杞小米粥(枸杞、小米)	螞蟻上樹(冬粉、紅蘿蔔、香菇、高麗菜、豆包、雞蛋)、紫菜湯、木瓜	草莓饅頭、枸杞茶	○	○	○	○
10/6(二)	法式吐司、洛神花茶	白米飯+糙米飯、豆薯炒蛋(豆薯、雞蛋)、麻婆豆腐(豆腐、豆瓣醬、豬絞肉)、炒青江菜、薑絲海帶芽湯(薑絲、海帶芽)、芭樂	地瓜甜湯(地瓜、二砂糖)	○	○	○	○
10/7(三)	雞肉玉米粥(雞肉、玉米醬、白米飯)	義大利肉醬麵(螺旋麵、豬絞肉、三色豆、玉米粒、番茄醬、洋蔥）、青菜豆腐湯、芭樂	米苔目湯(芹菜、米苔目、油蔥酥)	○	○	○	○
10/8(四)	豆漿、五穀彩球	白米飯+糙米飯，綜合滷味(小車輪、豬肉絲、豆干)，番茄炒蛋(大番茄、雞蛋)、炒尼龍白菜、芹香魚丸湯(芹菜、魚丸)、芭樂	愛玉杏仁凍甜湯(愛玉、杏仁凍、二砂糖)	○	○	○	○
10/9-10/11雙十國慶日假期							
10/12(一)	白菜水餃湯(小白菜、水餃)	咖哩炒飯(白米飯、咖哩塊、高麗菜、三色豆、雞蛋)、味噌豆腐湯、芭樂	白木耳枸杞甜湯(白木耳、枸杞)	○	○	○	○
10/13(二)	薏仁麥片牛奶(薏仁、麥片、奶粉)	白米飯+糙米飯、紅蘿蔔炒蛋、三杯杏鮑菇(老薑片、洋蔥、杏鮑菇頭、九層塔)、炒油菜、薑片肉絲湯(薑片、豬肉絲)、芭樂	白蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、貢丸)	○	○	○	○
10/14(三)	香菇肉羹湯(豬肉羹、香菇、筍絲、雞蛋)	白米飯+糙米飯、紅燒豆腐、糖醋雞丁(洋蔥、三色豆、雞肉、紅黃甜椒、番茄醬)、炒豆芽菜、薑絲蜆仔湯(薑絲、蜆仔)、芭樂	芹菜甜不辣湯(芹菜、甜不辣片)	○	○	○	○
10/15(四)	紅豆餐包、菊花茶	什錦魚羹麵(關廟麵、大白菜、魚羹、香菇、紅蘿蔔)、芭樂	雞蛋布丁	○	○	○	○
10/16(五)	三絲冬粉(木耳絲、金針菇、紅蘿蔔絲、冬粉)	鮪魚蛋炒飯(白米飯、玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋、鮪魚罐)、青菜貢丸湯(小白菜、貢丸)、芭樂	蛋花麵線(雞蛋、白麵線)	○	○	○	○
10/19(一)	絲瓜麵線(絲瓜、白麵線)	什錦炒飯(香菇、高麗菜、三色豆、白米飯、雞蛋、豆包)、竹筍 湯、鳳梨	雞蛋豆腐羹(豆腐、雞蛋、紅蘿蔔絲)	○	○	○	○
10/20(二)	吻仔魚粥(吻仔魚、白米飯、莧菜)	白米飯+糙米飯、獅子丸(紅蘿蔔、豬絞肉)、南瓜炒蛋(南瓜、雞蛋)、炒小白菜、白蘿蔔湯、鳳梨	葡萄乾饅頭、冬瓜茶	○	○	○	○
10/21(三)	牛奶、玉米脆片	豬肉炒麵 (豬肉絲、高麗菜、洋蔥、香菇、紅蘿蔔、黃油麵)、 蛋花湯、鳳梨	八寶粥 (紅豆、綠豆、薏 仁、麥片)	○	○	○	○
10/22(四)	大黃瓜魚丸湯(魚丸、大黃瓜)	白米飯+糙米飯、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、雞蛋)、菜豆炒絞肉(菜豆、豬絞肉)、炒青江菜、薑絲海帶芽湯(薑絲、海帶芽)、鳳梨	麵線羹(紅麵線、雞蛋)	○	○	○	○
10/23(五)	銀絲卷、枸杞茶	大魯麵(關廟麵、紅蘿蔔絲、木耳絲、大白菜、金針菇、豬肉絲、筍絲)、鳳梨	綠豆湯	○	○	○	○
10/24-10/26 台灣光復節假期							
10/27(二)	青菜餛飩湯(小白菜、餛飩)	白米飯+糙米飯、肉燥黑瓜油豆腐(豬絞肉、黑瓜、油豆腐)、炒尼龍白菜、吻仔魚煎蛋(吻仔魚、雞蛋)、金針花湯、蘋果	關東煮(白蘿蔔、紅蘿蔔、黑輪)	○	○	○	○
10/28(三)	地瓜粥(地瓜、白米飯)、豬肉鬆	炒什錦意麵 (高麗菜、雞蛋、鍋燒意麵、豬肉絲、魚板)、味噌蛋花湯(味噌醬、雞蛋)、蘋果	黑糖饅頭、紅棗茶	○	○	○	○
10/29(四)	油豆腐細粉(油豆腐、冬粉)	白米飯+糙米飯、香煎旗魚、蒸蛋、炒空心菜、絲瓜湯、蘋果	蛋花雞絲麵(雞蛋、雞絲麵)	○	○	○	○
10/30(五)	豆漿、五穀彩球	香菇肉燥油飯(白米+長糯米、豬絞肉、青豆仁、香菇)、油蔥高麗菜湯(高麗菜、油蔥酥、紅蘿蔔絲)、蘋果	仙草蜜(仙草凍、二砂糖)	○	○	○	○

說明:

1. 本餐點內容將視幼兒口味、天氣冷熱以及當季蔬果適時調整。
2. 若幼兒對某些食物有過敏，請通知本園。
3. 每逢週二、週四午餐的白飯有添加糙米。
4. 本園選用健康、營養、自然不含咖啡因的食物，且在烹調過程中，不添加任何味精。
5. 豆漿由本園自行磨豆製成。
6. 本園一律使用國產豬肉。