愛幼幼兒園 109 年 10 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
10/5(一)	桂圓紫米粥	香香芝麻飯、菜脯蛋、韭菜甜不辣、 彩椒炒雙菇、火龍果	紅豆薏仁湯
10/6(二)	水煮蛋、薑丁紫菜湯	清粥小菜、鮮菇滷花生麵筋、炒蔥蛋、 海苔素鬆、蘋果	布丁麵包
10/7(三)	肉鬆乃滋吐司 檸檬柚子茶	擔仔湯麵(韭綠豆芽菜、絞肉、貢丸)、 肉燥魯丸、芭樂	綠豆豆花
10/8(四)	麻油雞丁麵線	五穀飯、黃豆燻肉海帶結、炒絲瓜、炒紅蘿蔔、 薑絲冬瓜湯、香蕉	黑糖甘藷田湯圓
10/9(五)	雙十國慶補休一日		
10/12(一)	養生小米粥	雞丁咖哩飯(雞丁、洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔) 柚子	鍋燒意麵
10/13(二)	蔬菜蛋餅、紫花湯	黃金粉絲(南瓜、絞肉、木耳、冬粉)、 袖珍菇白菜豆腐湯、香蕉	紅豆饅頭
10/14(三)	蒸地瓜、牛奶	高麗菜水餃(高麗菜、絞肉)、 酸辣湯(榨菜、木耳、筍絲、豬血、豆腐)、小水梨	綠豆粉角甜湯
10/15(四)	茶葉蛋、黑豆漿	玉米番茄蛋炒飯+山藥排骨湯 蘋果	鮮筍肉絲粥
10/16(五)	油蔥蚵仔麵線	火腿蛋鮮蔬堡(火腿、煎蛋、番茄、大陸妹)、 玉米濃湯(玉米、蘿蔔、馬鈴薯) 芭樂	紅豆甜湯
10/19(一)	薏仁小米粥	蔥爆豬柳飯(洋蔥、豬柳條、紅蘿蔔、蔥段)、 玉米大骨湯 火龍果	絲瓜香菇麵線
10/20(二)	法式土司 養生茶	日本味噌豚骨拉麵 (味噌、豬大骨、豆芽菜、紫菜)、滷蛋 香蕉	芝麻墨西哥圈
10/21(三)	芝麻甜煎餅、豆漿	茄汁麵疙瘩(番茄鯖魚、白菜、肉燥)、柚子	皮蛋瘦肉粥
10/22(四)	敲敲蛋、米漿	糙米飯、梅干扣肉、紅蘿炒蛋、甜不辣炒韭菜、 紫菜湯、蘋果	南瓜玉米濃湯
10/23(五)	地瓜泥煎餅 桂圓紅棗茶	螞蟻上樹(冬粉、木耳、絞肉、金針菇、芝麻)、 牛蒡肉骨湯、芭樂	紅蘿蔔茄汁拉麵
10/26(一)	五穀燕麥+牛奶	芋頭飯+香菇瓜子肉+塔香海茸+青菜豆腐湯 香蕉	吻仔魚鮮肉粥
10/27(二)	酥煎蘿蔔糕、蔬菜湯	海鮮粥(高麗菜、白蘿蔔、紅蘿蔔、肉絲、花枝、牡蠣) 芭樂	蔥花饅頭
10/28(三)	綜合煎餅、米漿	香菇大滷麵(香菇、紅、白蘿蔔、袖珍菇、肉漿丸、 魚漿丸)、火龍果	芋頭地瓜湯
10/29(四)	白土司 番茄高麗菜豆腐湯	蝦仁鳳梨蛋炒飯、豆薯蛋花湯	山藥肉排五穀粥
10/30(五)	五穀蔬菜粥	酸菜排骨麵(酸菜、排骨)、芭樂	芹珠肉燥米苔目

◎ 為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎ 餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。