

# 愛幼幼兒園 110 年 10 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
10/1 (五)	桂圓紫米粥 (龍眼干、紫米)	芝麻飯、菜脯蛋、韭菜甜不辣、彩椒炒雙菇、火龍果 (蘿蔔乾、蛋、韭菜、甜不辣、青椒、紅椒、秀珍菇)	紅豆薏仁湯 (紅豆、薏仁)
10/4 (一)	水煮蛋、薑丁紫菜湯 (蛋、薑、紫菜)	清粥小菜、鮮菇滷花生麵筋、炒蔥蛋、海苔素鬆、蘋果	南瓜玉米濃湯
10/5 (二)	肉鬆乃滋吐司 柚子茶	擔仔湯麵(韭綠豆芽菜、絞肉、貢丸)、肉燥魯丸、芭樂	布丁麵包
10/6 (三)	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	甘藷甜湯圓
10/7 (四)	蔬菜蛋餅、紫花湯	黃金粉絲(南瓜、絞肉、木耳、冬粉)、秀珍菇白菜豆腐湯、香蕉	黑糖饅頭
10/8 (五)	養生小米粥 (五穀米、玉米、紅蘿蔔、肉燥)	雞丁咖哩飯(雞丁、洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔) 柿子	鍋燒意麵 (小花片、白菜、肉絲)
10/11 (一)	<b>雙十國慶補假一天</b>		
10/12 (二)	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	蔥花饅頭 紫菜湯
10/13 (三)	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
10/14 (四)	油蔥蚵仔麵線 (鮮蚵、紅麵線、油蔥酥)	火腿蛋蛋鮮蔬堡(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
10/15 (五)	薏仁小米粥 (龍骨湯、薏仁、小米、玉米粒、豆干)	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
10/18 (一)	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	皮蛋瘦肉粥
10/19 (二)	芝麻甜煎餅、豆漿	茄汁麵疙瘩(番茄鯖魚、白菜、肉燥)、柚子	墨西哥餐包
10/20 (三)	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	綠豆豆花湯
10/21 (四)	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
10/22 (五)	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
10/25 (一)	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	綠豆粉角
10/26 (二)	綜合煎餅、米漿 (芹菜珠、蛋、番茄、麵粉)	香菇大滷麵(香菇、扁魚、紅、白蘿蔔、秀珍菇、肉漿丸、 魚漿丸)、火龍果	芋仁奶酥包 養生茶
10/27 (三)	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
10/28 (四)	五穀蔬菜粥	酸菜排骨麵(酸菜、排骨)、芭樂	芹珠肉燥 米苔目
10/29 (五)	小西點 學童鮮奶	水餃(高麗菜、韭綠、肉末)、 酸辣湯(榨菜絲、紅蘿蔔絲、酸筍、豆腐、豬血絲)、 小水梨	黑糖西米露

☆本園一律使用國產豬肉食材

★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。