

愛幼幼兒園 111 年 10 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
10/3(一)	土司夾蛋、 養生茶(枸杞、紅棗)	芝麻飯、菜脯蛋、韭菜甜不辣、彩椒炒菇(杏包菇)、番茄豆腐湯、芭樂	紅豆薏仁湯
10/4(二)	南瓜玉米濃湯 (南瓜.玉米.紅蘿蔔)	清粥小菜、鮮菇滷花生麵筋、炒蔥蛋、海苔素鬆 、木瓜	沙其馬、冬瓜茶
10/5(三)	肉鬆吐司 (肉鬆.美乃滋) 蜂蜜桔茶	擔仔湯麵(韭綠豆芽菜、絞肉、貢丸)、肉燥魯丸、香蕉	台式關東煮 (蘿蔔.魚板.黑輪)
10/6(四)	麻油雞丁麵線 (雞肉丁.薑絲)	五穀飯、黃豆燻肉海帶結、炒絲瓜、炒紅蘿蔔、薑絲冬瓜湯 、蘋果	甘藷甜湯圓 (番薯、湯圓)
10/7(五)	蔬菜蛋餅(番茄.芹菜.小白菜)、紫花湯	黃金粉絲(鹹蛋黃、木耳、蘿蔔絲、高麗菜、肉燥)、秀珍菇白菜豆腐湯 、小番茄	黑糖饅頭、豆漿
10/10 (一)	雙十國慶 補假一天		
10/11 (二)	養生小米粥 (葡萄乾.小米)	雞丁咖哩飯(雞丁.洋蔥.馬鈴薯.紅蘿蔔)木瓜	布丁麵包、 紫菜湯
10/12 (三)	蒸地瓜、海芽湯	高麗菜水餃(高麗菜、豬肉)、酸辣湯(酸筍絲、榨菜、木耳、豆腐、紅蘿蔔絲、豬血)、香蕉	鍋燒意麵 (魚板.白菜)
10/13 (四)	鮮筍肉絲粥 (筍絲.肉燥.豆干)	玉米番茄蛋炒飯(玉米粒、紅蘿蔔丁、蛋、茄汁醬)山藥排骨湯、蘋果	原味豆花
10/14 (五)	油蔥蚵仔麵線 (油蔥酥.蚵仔)	火腿蛋蛋鮮蔬堡(火腿片、煎蛋、大陸妹、番茄片)、玉米濃湯(玉米粒、南瓜、大骨碎肉)、小番茄	絲瓜香菇麵線
10/17 (一)	薏仁小米粥 (薏仁.小米.糖)	蔥爆豬柳燴飯(洋蔥、豬柳條、蘿蔔丁)、 玉米大骨湯(玉米塊、大骨)、芭樂	紅豆甜湯
10/18 (二)	芝麻甜煎餅、豆漿	日本味噌豚骨拉麵(味噌、豬大骨湯底 、、豬肉片、小白菜)、 滷蛋、香蕉	墨西哥餐包
10/19 (三)	桂圓紫米粥	茄汁麵疙瘩(鯖魚罐頭、肉燥、豆芽菜、韭綠)、木瓜	皮蛋瘦肉粥 (皮蛋、瘦肉、油條)
10/20 (四)	五穀蔬菜粥 (穀米.高麗菜.肉燥.豆干)	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
10/21 (五)	地瓜泥煎餅 桂圓紅棗茶	螞蟻上樹(冬粉、木耳、肉燥、蛋、蘿蔔絲、高麗菜)、牛蒡肉骨湯、小番茄	茄汁拉麵 (鯖魚、白菜)
10/24 (一)	五穀燕麥+牛奶	芋頭飯、香菇瓜子肉、蒜炒青江、白菜番茄豆腐湯、芭樂	吻仔魚蛋粥
10/25 (二)	蘿蔔糕、蔬菜湯 (高麗菜.番茄.蛋)	海鮮粥(蝦仁、小卷、香菇、高麗菜、肉絲)、木瓜	奶酥包、養生茶 (枸杞、紅棗)
10/26 (三)	綜合煎餅 (芹菜.豆腐.番茄)、 米漿	香菇大滷麵(香菇、扁魚、白蘿蔔、木耳、魚漿丸子)、香蕉	綠豆粉角
10/27 (四)	白土司 番茄高麗菜豆腐湯	蝦仁鳳梨蛋炒飯、豆薯蛋花湯、蘋果	山藥肉末 五穀粥
10/28 (五)	沙其馬、豆漿	酸菜排骨麵(酸菜、肉排、白菜)小番茄	芹珠肉燥米苔目 (芹菜、肉燥)
10/31 (一)	小西點、學童鮮奶	水餃(高麗菜、豬肉)、酸辣湯(酸筍絲、榨菜、木耳、豆腐、紅蘿蔔絲、豬血)、芭樂	黑糖西米露

◎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。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品

