

114 ★ 歸園幼兒園 10 月份餐點表 ★

※ 本園一律使用國產：豬肉、雞肉

日期	上午點心	午 餐	下午點心	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
10/1(三)	米血冬粉(米血、冬粉、蔥花、肉燥)	肉燥飯、油豆腐、薑絲冬瓜湯、水果(蘋果)	黑糖饅頭、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/2(四)	蔥花貢丸湯	白飯、青菜(瓠瓜)、滷豆干、煎蛋、味噌豆腐湯、水果(蘋果)	銅鑼燒、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/3(五)	玉米濃湯	什錦蔬菜咖哩燴飯(雞肉、洋蔥、紅蘿蔔、咖哩)、水果(蘋果)	紅豆餅、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/4(六)	週 休						
10/6(一)	※※ 中秋佳節放假一天						
10/7(二)	玉米脆片、牛奶	白飯、青菜(山白)、紅燒豆腐、吻仔魚、瓜仔雞湯、水果(蘋果)	水餃蛋花湯	✓	✓	✓	✓
10/8(三)	蔬菜粥(高麗菜、素肉燥、紅蘿蔔)	什錦蔬菜炒麵(高麗菜、素肉絲、紅蘿蔔、木耳)、豆薯蛋花湯、水果(香蕉)(素)	銀絲卷、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/9(四)	什錦丸湯(貢丸、魚丸、蝦仁丸、香菇丸、蔥花)	三色茄汁炒飯(三色豆、番茄醬、蛋、肉絲)、豆薯蛋花湯、水果(蘋果)	草莓小丸子、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/10(五)	※※雙十國慶放假一天						
10/11(六)	週 休						
10/13(一)	海產粥(蝦仁、肉燥、芹菜)	肉燥飯、紅蘿蔔炒蛋、薑絲冬瓜湯、水果(香蕉)	鍋燒雞絲麵(白菜、肉絲、蛋、蔥)	✓	✓	✓	✓
10/14(二)	吐司、牛奶	白飯、青菜(洋蔥炒蛋)、吻仔魚、蔥蛋、大骨菜頭湯、水果(蘋果)	粉圓綜合甜點	✓	✓	✓	✓
10/15(三)	什錦大鍋菜(餃類、菜頭、肉絲、魚丸、紅蘿蔔)	什錦蔬菜咖哩燴飯(雞肉、洋蔥、紅蘿蔔、咖哩)、水果(蘋果)	黑糖饅頭、紅茶	✓	✓	✓	✓

10/16(四)	五彩鹹粥(高麗菜. 素肉燥. 香菇. 三色豆)	白飯、青菜(豆芽)、油豆腐、蒸蛋、紫菜蛋花湯、水果(香蕉)(素)	茶葉蛋、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/17(五)	關東煮(黑輪. 米血)	什錦蝦仁炒麵(高麗菜. 肉絲. 紅蘿蔔. 木耳. 蝦仁)、胡瓜魚丸湯、水果(西瓜)	法國麵包、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/18(六)	週 休						
10/20(一)	什錦飯湯(白菜. 紅蘿蔔. 素肉燥)	三鮮時蔬炒麵(蝦仁. 紅蘿蔔. 木耳. 高麗菜. 洋蔥)、豆薯蛋花、水果(蘋果)	什錦羹	✓	✓	✓	✓
10/21(二)	冬粉蛋花湯	白飯、青菜(山白)、紅燒豆腐、叻仔魚、紫菜蛋花湯、水果(蘋果)(素)	蛋花青菜粥	✓	✓	✓	✓
10/22(三)	麻油肉絲麵線	肉燥飯、紅玉炒蛋、瓜子雞湯、水果(蘋果)	銀絲卷、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/23(四)	玉米脆片、牛奶	白飯、青菜(玉米粒)、炒豆干、芙蓉蛋、味噌豆腐湯、水果(香蕉)	茶葉蛋、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/24(五)	☆☆☆調整放假一天						
10/25(六)	※※※ 光復節放假一天(調至 10/24)						
10/27(一)	什錦雞絲麵(白菜. 紅蘿蔔. 肉)	時蔬炒飯(三色豆. 番茄醬. 蛋. 肉絲)、紫菜蛋花湯、水果(蘋果)	什錦蔬菜粥(高麗菜. 紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
10/28(二)	草莓吐司、牛奶	白飯、青菜(山白)、紅燒豆腐、炒蛋、瓜仔雞湯、水果(蘋果)	翡翠麵(菠菜. 肉燥. 火腿)	✓	✓	✓	✓
10/29(三)	玉米濃湯	什錦蔬菜咖哩燴飯(雞肉. 洋蔥. 紅蘿蔔. 咖哩)、水果(香蕉)	黑糖饅頭、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/30(四)	蛋花蔬菜粥(蝦仁. 肉燥. 芹菜. 蛋)	白飯、青菜(山白)、紅燒豆腐、滷蛋、香菇雞湯、水果(蘋果)	沙琪瑪、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/31(五)	動物蛋糕、牛奶	地瓜粥、蔥蛋、土豆麵筋、海苔肉鬆、水果(蘋果)	綠豆餅、麥茶	✓	✓	✓	✓
11/1(六)	週 休						

※備註：1、遇特殊狀況(如颱風、退貨、菜價上揚)變動食譜。 2、水果係暫定
餐點設計者：楊宜璇

園長簽章：