115★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(四)	什錦意麵(白菜.魚板.肉絲)	白飯、青菜(高麗菜)、滷豆干、煎蛋、味噌豆腐湯、水果(蘋果)	茶葉蛋、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/2(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)	草莓小丸子、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/3(六)	週　休						
10/5(一)	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)	什錦蔬菜粥(高麗菜.紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
10/6(二)	玉米脆片、牛奶	白飯、青菜(山白)、洋蔥雞絲、吻仔魚、豆薯蛋花湯、水果(蘋果)	水餃蛋花湯	✓	✓	✓	✓
10/7(三)	什錦大鍋菜(餃類.菜頭.肉絲.魚丸.紅蘿蔔)	時蔬炒飯(三色豆.番茄醬.蛋.肉絲)、紫菜蛋花湯、水果(蘋果)	銀絲卷、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/8(四)	什錦丸湯(貢丸.魚丸.蝦仁丸.香菇丸.蔥花)	三鮮什錦蔬菜滷麵(魚羹.肉羹.高麗菜.木耳.筍絲.蛋花.紅蘿蔔)、瓜仔雞湯、水果(蘋果)	紅豆餅、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/9(五)	☆調整放假一天☆						
10/10(六)	雙十國慶						
10/12(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)	✓	✓	✓	✓
10/13(二)	吐司、牛奶	白飯、青菜(洋蔥炒蛋)、油豆腐、蔥蛋、龍骨菜頭湯、水果(蘋果)	粉圓綜合甜點	✓	✓	✓	✓
10/14(三)	什錦雞絲麵(白菜.紅蘿蔔.肉)	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)	黑糖饅頭、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/15(四)	五彩鹹粥(高麗菜.素肉燥.香菇.三色豆)	白飯、青菜(豆芽)、蒸蛋、吻仔魚、榨菜肉絲湯、水果(香蕉)(素)	茶葉蛋、麥茶	✓	✓	✓	✓

10/16(五)	關東煮(黑輪.米血)	什錦蔬菜咖哩燴飯(雞肉.洋蔥.紅蘿蔔.咖哩)、水果(蘋果)	法國麵包、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/17(六)	週休						
10/19(一)	什錦飯湯(白菜.紅蘿蔔.素肉燥)	三色茄汁炒飯(三色豆.番茄醬.蛋.肉絲.)、豆薯蛋花湯、水果(蘋果)	什錦羹	✓	✓	✓	✓
10/20(二)	冬粉蛋花湯	白飯、青菜(絲瓜)、紅燒豆腐、炒蛋、大骨菜頭湯、水果(蘋果) (素)	蛋花青菜粥	✓	✓	✓	✓
10/21(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、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/22(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)	銅鑼燒、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/23(五)	什錦大鍋菜(餃類.菜頭.肉絲.魚丸.紅蘿蔔)	三鮮時蔬炒麵(蝦仁.紅蘿蔔.木耳.高麗菜.洋蔥)、胡瓜魚丸湯、水果(蘋果)	草莓麵包、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/24(六)	週休						
10/26(一)	10/25 光復節~☆調整放假一天☆						
10/27(二)	草莓吐司、牛奶	白飯、青菜(高麗菜)、菜肉卷、吻仔魚、瓜仔雞湯、水果(蘋果)	翡翠麵(波菜.肉燥.火腿)	✓	✓	✓	✓
10/28(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	✓	✓	✓	✓
10/29(四)	蛋花蔬菜粥(蝦仁.肉燥.芹菜.蛋)	白飯、青菜(山白)、紅燒雞絲、滷蛋、香菇雞湯、水果(蘋果)	沙琪瑪、麥茶	✓	✓	✓	✓
10/30(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、紅茶	✓	✓	✓	✓
10/31(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：洪秀麗

園長簽章：