

新北市新莊區國泰國小附設幼兒園 112 學年度 10 月份餐點表

日期	早點	午餐					午點	全穀雜糧類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
10/02（一）	什錦湯餃	紫米飯	鮮筍燒肉	蒸蛋	當季蔬菜	薑絲魚湯	雞蛋小饅頭、優酪乳、水果	√	√	√	√
10/03（二）	小籠包、燕麥飲	糙米飯	蒲燒鯛魚	麻婆豆腐	當季蔬菜	香菇雞湯	芝麻包、黑豆漿、水果	√	√	√	√
10/04（三）	清粥小菜	炒烏龍麵			當季蔬菜	紅白蘿蔔湯	蔬菜餅、米漿、水果	√	√	√	√
10/05（四）	蘿蔔糕湯	白米飯	洋蔥肉片	銀魚炒蛋	當季蔬菜	山藥雞湯	玉米脆片、鮮奶、水果	√	√	√	√
10/06（五）	養生蔬菜麵	芝麻飯	滷小雞腿	螞蟻上樹	當季蔬菜	大黃瓜湯	檸檬愛玉、水果	√	√	√	√
10/09（一）	雙十國慶連假										
10/10（二）											
10/11（三）	玉米條	什錦羹飯			當季蔬菜	羅宋湯	馬來糕、米漿、水果	√	√	√	√
10/12（四）	鹹米苔目	白米飯	蔥爆肉絲	玉米筍炒菇	當季蔬菜	青菜豆腐湯	金絲卷、鮮奶、水果	√	√	√	√
10/13（五）	糙米排骨粥	芝麻飯	腰果雞丁	吻仔魚炒蛋	當季蔬菜	玉米濃湯	叉燒包、優酪乳、水果	√	√	√	√
10/16（一）	什錦麵疙瘩	紫米飯	香滷梅花肉	番茄豆腐	當季蔬菜	蒜頭雞湯	鮮奶仙草、水果	√	√	√	√
10/17（二）	金絲捲、黑豆漿	糙米飯	三杯虱目魚柳	水蓮炒菇菇	當季蔬菜	酸辣湯	紅豆包、黑豆漿	√	√	√	√
10/18（三）	台式鹹粥	茄汁肉醬麵			當季蔬菜	番茄洋芋湯	鮮奶酪、水果	√	√	√	√
10/19（四）	玉米筍雞肉湯麵	白米飯	蔥爆雞柳	芙蓉豆腐	當季蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	黑糖小饅頭、鮮奶、水果	√	√	√	√
10/20（五）	油豆腐細粉	芝麻飯	蠔油彩椒雞	綜合滷味	當季蔬菜	玉米排骨湯	餅乾、優酪乳、水果	√	√	√	√
10/23（一）	莧菜銀魚粥	紫米飯	醬爆豬柳	白菜滷	當季蔬菜	番茄洋蔥湯	高麗菜包、米漿、水果	√	√	√	√
10/24（二）	叉燒包、米漿	糙米飯	樹子蒸魚	木耳三絲	當季蔬菜	昆布雞湯	蘿蔔糕、豆漿	√	√	√	√
10/25（三）	蚵仔麵線	油麵	肉燥麵		當季蔬菜	養生菇菇湯	鮮肉燒賣、米漿、水果	√	√	√	√
10/26（四）	鮮魚粥	白米飯	紅燒豬腱肉	紅蘿蔔炒蛋	當季蔬菜	酸辣湯	中華豆花、水果	√	√	√	√
10/27（五）	大滷麵	芝麻飯	白醬蘑菇雞	蠔油鮮時蔬	當季蔬菜	小魚豆腐湯	水煮蛋、優酪乳、水果	√	√	√	√
10/30（一）	地瓜小米粥	紫米飯	香菇鵝鴨肉燥	蛤蜊絲瓜	當季蔬菜	竹筍湯	兔子包、豆漿、水果	√	√	√	√
10/31（二）	高麗菜包、鮮奶	糙米飯	蒜炒鯛魚	肉末炒洋芋	當季蔬菜	海芽味噌湯	小籠包、黑豆漿、水果	√	√	√	√
★本園食材來源一律使用國產豬肉、牛肉食材及未使用輻射產品 ★如幼兒有對任何食物過敏者，請家長主動告知老師，避免誤食導致身體不適 ★以上為當月餐點表，如遇到不可抗拒之天然因素或是時令關係則會進行調											

