

新北市新莊區國泰國小附設幼兒園 113 學年度第一學期 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
10/01(二)	玉米蛋吐司/鮮奶	芋香飯/清蒸鱸魚片/家常豆腐	有機蔬菜	鳳梨苦瓜湯	黑糖小饅頭/水果	V	V	V	V
10/02(三)	番茄雞蛋麵	鮭魚蛋炒飯	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	日式水果穀片/鮮奶/水果	V	V	V	V
10/03(四)	高麗菜蛋花粥	紅藜飯/醬瓜燒雞/水蓮炒雙菇	有機蔬菜	番茄豆芽湯	蔥肉餡餅/豆漿/水果	V	V	V	V
10/04(五)	肉羹麵線糊	薏仁飯/紅燒獅子頭/三絲炒豆包	有機蔬菜	時蔬馬鈴薯湯	奶皇包/優酪乳/水果	V	V	V	V
10/07(一)	南瓜蔬菜粥	白飯/筍絲滷肉/吻仔魚炒蛋	有機蔬菜	牛蒡養生湯	高麗菜包/豆漿/水果	V	V	V	V
10/08(二)	鯖魚蛋刈包/鮮奶	地瓜飯/檸檬鮭魚/紅燒豆腐	有機蔬菜	黃瓜貢丸湯	紅豆薏仁湯/水果	V	V	V	V
10/09(三)	鍋燒烏龍麵	義大利麵/薯條	有機蔬菜	海鮮南瓜濃湯	奶油餐包/麥茶/水果	V	V	V	V
10/10(四)		國慶日放假一天				V	V	V	V
10/11(五)	鹹米苔目湯	燕麥飯/瓜子蒸肉/芹香豆干絲	有機蔬菜	海芽味噌湯	花生豆花/水果	V	V	V	V
10/14(一)	古早味菜豆粥	白飯/馬鈴薯燉肉/櫛瓜炒蛋	有機蔬菜	青菜豆腐湯	南瓜牛奶西米露/水果	V	V	V	V
10/15(二)	筍香包/鮮奶	南瓜飯/三杯虱目魚柳/豆腐滷白菜	有機蔬菜	酸菜豬血湯	養生饅頭/水果	V	V	V	V
10/16(三)	玉米筍雞湯麵	什錦燴飯	有機蔬菜	酸辣湯	水煮蛋/枸杞茶/水果	V	V	V	V
10/17(四)	雞蛋豆腐湯餃	黎麥飯/玉米炒雞丁/絲瓜炒蛤蜊	有機蔬菜	蓮藕排骨湯	珍珠丸子/芝麻豆漿/水果	V	V	V	V
10/18(五)	蔬菜肉絲麵線	雪蓮飯/彩椒肉片/綜合滷味	有機蔬菜	昆布雞湯	肉鬆麵包/鮮奶/水果	V	V	V	V
10/21(一)	吻仔魚蛋花粥	白飯/麵輪燒肉/蔥花菜脯蛋	有機蔬菜	翡翠銀魚湯	豆漿豆花湯/水果	V	V	V	V
10/22(二)	芋泥包/鮮奶	小米飯/茄汁旗魚丁/芙蓉豆腐	有機蔬菜	四神湯	企鵝包/水果	V	V	V	V
10/23(三)	大滷麵	海鮮炒麵	有機蔬菜	白玉油豆腐湯	紅豆麵包/冬瓜茶/水果	V	V	V	V
10/24(四)	什錦麵疙瘩	糙米飯/白醬蘑菇雞/韭菜花黑輪	有機蔬菜	福州魚丸湯	芋頭糕/米漿/水果	V	V	V	V
10/25(五)	吐司鬆餅/麥茶	五穀飯/蔥爆肉絲/碗豆鮮菇	有機蔬菜	玉米排骨湯	檸檬愛玉/水果	V	V	V	V
10/28(一)	芋香鹹粥	白飯/香滷梅花肉/洋蔥炒蛋	有機蔬菜	冬瓜枸杞排骨湯	仙草鮮奶/水果	V	V	V	V
10/29(二)	蔥蛋饅頭/鮮奶	海苔香鬆飯/虱目魚排/番茄燴豆腐	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	金絲卷/水果	V	V	V	V
10/30(三)	日式味噌拉麵	黃金魚羹麵	有機蔬菜	白花椰湯	蒸地瓜/決明子茶/水果	V	V	V	V
10/31(四)	蘿蔔糕湯	紫米飯/塔香三杯雞/黃瓜燴鵪鶉蛋	有機蔬菜	鮭魚味噌湯	鮮肉燒賣/燕麥奶/水果	V	V	V	V
11/1(五)	客家湯板條	胚芽飯/鮮蔬炒雞絲/糖醋甜不辣	有機蔬菜	空心菜小魚湯	起司吐司/鮮奶/水果	V	V	V	V

★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整

