



113年10月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀 根莖類	豆魚 肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	二	馬鈴薯肉末粥	鮮蔬炒肉絲、紅燒板豆腐、青菜、南瓜雞湯、時令水果	雞絲米粉	✓	✓	✓	✓
2	三	小肉包、豆漿	鮮蔬滑蛋蓋飯、山藥排骨湯、時令水果	鮮菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
3	四	雞絲麵	百頁燒肉、洋蔥炒甜不辣、青菜、黃豆芽排骨湯、時令水果	絲瓜麵線	✓	✓	✓	✓
4	五	家常拌麵	咖哩雞燴飯、味噌豆腐湯、時令水果	杯子蛋糕、麥茶	✓	✓	✓	✓
7	一	玉米雞蓉粥	洋蔥雞丁、香滷油豆腐、青菜、雙色蘿蔔湯、時令水果	切仔麵	✓	✓	✓	✓
8	二	味噌拉麵	蔥燒豬肉燴飯、青菜、馬鈴薯濃湯、時令水果	金瓜粥	✓	✓	✓	✓
9	三	小饅頭、麥茶	醬炒豬柳、螞蟻上樹、青菜、十全排骨湯、時令水果	肉燥湯麵	✓	✓	✓	✓
10	四	雙十節放假一天			✓	✓	✓	✓
11	五	擔仔麵	鮮蔬肉羹燴飯、時令水果	扁食湯	✓	✓	✓	✓
14	一	鮮蔬肉絲麵	玉米雞丁、紅燒麵輪、青菜、昆布排骨湯、時令水果	筍絲瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
15	二	台式鹹粥	五香滷肉、白菜滷、青菜、瓜瓜雞湯、時令水果	油豆腐冬粉湯	✓	✓	✓	✓
16	三	雞蛋饅頭、豆漿	打拋豬肉飯、青菜、苦瓜排骨湯、時令水果	滑蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
17	四	肉燥麵	紅燒雞柳、香滷海帶、青菜、香菇雞湯、時令水果	果醬吐司、喬麥茶	✓	✓	✓	✓
18	五	玉米瘦肉粥	壽喜燒肉絲蓋飯、玉米排骨湯、時令水果	鮮魚粥	✓	✓	✓	✓
21	一	香蔥拌麵	紅蘿蔔燉肉、螞蟻上樹、青菜、南瓜雞蓉湯、時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
22	二	蔬菜燕麥粥	瓜子肉燥飯、青菜、蒜頭雞湯、時令水果	滑蛋玉米粥	✓	✓	✓	✓
23	三	奶皇包、豆漿	滷翅小腿、香酥豆包、青菜、蕃茄蛋花湯、時令水果	肉燥乾拌麵	✓	✓	✓	✓
24	四	絲瓜麵線	紅醬貝殼義大利麵、玉米濃湯、時令水果	鮮蔬雞蓉粥	✓	✓	✓	✓
25	五	客家鹹粥	京醬肉絲、麻婆豆腐、青菜、鳳梨苦瓜雞湯、時令水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
28	一	肉燥板條	鮮蔬三絲、螞蟻上樹、青菜、南瓜雞湯、時令水果	竹筍鹹粥	✓	✓	✓	✓
29	二	雞絲麵	洋蔥豬肉蓋飯、青菜、白菜豆腐湯、時令水果	肉骨茶麵	✓	✓	✓	✓
30	三	小兔包、豆漿	蒜泥白肉、醬燒麵腸、青菜、山藥枸杞湯、時令水果	馬鈴薯肉末粥	✓	✓	✓	✓
31	四	擔仔麵	咖哩雞燴飯、味噌豆腐湯、時令水果	地瓜燕麥湯	✓	✓	✓	✓

★每日供給熱量(含蛋白質、脂肪、糖類、維生素等量衡飲食)

★本園均依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況則會稍作更換，敬請家長見諒。

★本園使用之豆製品及豆漿為非基因改造。

★本園一律使用國產豬肉。