

## 嘉基幼兒園112年(10月)餐點表

第一週	星期	早點	午餐	午點	全穀根莖類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
10/2	一	滑蛋絲瓜麵線	糖醋雞丁、紅絲炒蛋、蒜香豌豆莢、蕃茄豆腐湯	南瓜肉末粥	●	●	●	●	
10/3	二	果醬土司、豆漿	日式燒肉、香芹炒豆干、季節蔬菜、紫菜蛋花湯	芋頭包、冬瓜茶	●	●	●	●	
10/4	三	清粥小菜	素香什錦蛋炒飯(素鬆、香菇、三色豆、洋葱、蛋、高麗菜)、時令蔬菜、香菜蘿蔔豆皮湯	蔬菜水餃湯	●	●	●	●	
10/5	四	黑糖饅頭、牛奶	紅燒魚片、蜜汁豆干、季節蔬菜、冬瓜排骨湯	綠豆地瓜湯	●	●	●	●	
10/6	五	芋香鹹粥	紅葱烏蛋肉燥、韭菜花甜不辣、蒜香時蔬、四神湯	鍋燒烏龍麵	●	●	●	●	
第二週	星期	早點	午餐	午點	全穀根莖類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
10/9	一	蛋餅、糙米漿	香煎豬排、爆炒絲瓜、時令蔬菜、金瓜海芽湯	銀魚蔬菜粥	●	●	●	●	
10/10	二	<b>國慶日放假一天</b>							
10/11	三	小米魚片粥	三杯素雞、魚香茄子、青翠時蔬、蘿蔔銀魚湯	八寶甜湯	●	●	●	●	
10/12	四	五穀饅頭、牛奶	白菜滷魚片、螞蟻上樹、蒜香時蔬、肉骨茶湯	古早味擔仔麵	●	●	●	●	
10/13	五	麻油蛋麵	豆輪滷雞腿、紅燒豆腐煲、季節蔬菜、蔬菜肉絲湯	紅豆紫米湯	●	●	●	●	
第三週	星期	早點	午餐	午點	全穀根莖類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
10/16	一	皮蛋瘦肉粥	三杯雞丁、鮮菇炒三絲、時令蔬菜、山藥魚丸湯	日式關東煮	●	●	●	●	
10/17	二	果醬吐司、薏仁漿	豆腐豬肉煲、蜜汁豆干、時令蔬菜、冬瓜排骨湯	奶皇包、麥茶	●	●	●	●	
10/18	三	滑蛋蔬菜粥	酸菜麵腸、香芹炒木耳、蒜炒時蔬、枸杞香菇魚湯	絲瓜蛤蜊麵	●	●	●	●	
10/19	四	芋香包、牛奶	酥炸蝦捲、沙茶豆包、季節蔬菜、味噌豆腐湯	黑糖粉圓	●	●	●	●	
10/20	五	蕃茄豆簽麵	肉燥油豆腐、杏鮑炒青江、季節蔬菜、榨菜肉絲湯	蔥抓餅、黑豆茶	●	●	●	●	
第四週	星期	早點	午餐	午點	全穀根莖類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
10/23	一	鍋燒意麵	香噴噴雞肉飯、涼拌海芽、時令蔬菜、日式味噌湯	銀耳桂圓湯	●	●	●	●	
10/24	二	紅豆饅頭、豆漿	蘿蔔燉肉、蕃茄炒蛋、時令蔬菜、三菇鮮湯	鮮蔬肉絲麵	●	●	●	●	
10/25	三	清粥小菜	烏蛋滷豆包、蒜炒紅絲、蒜香高麗菜、薑絲魚片湯	手工布丁	●	●	●	●	
10/26	四	葡萄饅頭、牛奶	水餃、豆干海帶、時令蔬菜、紫菜蛋花湯	小籠包、麥茶	●	●	●	●	
10/27	五	餛飩湯	彩椒肉末炒飯、時令蔬菜、香菇雞湯	綠豆地瓜湯	●	●	●	●	
第五週	星期	早點	午餐	午點	全穀根莖類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
10/30	一	黑糖饅頭、豆漿	番茄紅醬肉末義大利麵(絞肉、番茄、鮮菇、玉米粒、紅蘿蔔、豌豆)、季節蔬菜、玉米濃湯	蔬菜湯餃	●	●	●	●	
10/31	二	洋蔥鮭魚粥	咖哩雞丁飯、時令蔬菜、冬瓜文蛤湯	餐包、冬瓜茶	●	●	●	●	

※本菜單標示注意易引起過敏的食物 如：牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品。若幼兒對上述之食物過敏，請務必通知園所

※每日午點提供季節時令水果，每週三的午餐為蔬果餐

※每逢週三米飯均添加五穀米、糙米、南瓜、地瓜等搭配

※本餐點表因時令季節因素及廠商供需無法供應原定餐點時，以當日食物為準

※本園使用的豬肉品皆為國產豬

