

天主教 育仁 幼兒園 十 月份營養餐點表 112.10.1-112.10.31

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	一	滑蛋冬粉	蔬菜肉絲炒河粉、蘿蔔湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓
3	二	肉鬆粥	紅蘿蔔燒肉、玉米炒紅蘿蔔、時令青菜、三絲丸湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
4	三	蔬菜粥	鳳梨肉絲蛋炒飯、大黃瓜湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
5	四	廣東粥	棒棒腿、滷油豆腐、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
6	五	蔬菜米苔目	義大利肉醬麵、玉米湯、季節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
10	二	10/9-10/11 國慶日連續假期						
11	三	雞絲麵	高麗菜鮮肉水餃、玉米湯、季節水果	青菜豆腐湯	✓	✓	✓	✓
12	四	瘦肉粥	紅燒獅子頭、炒玉米紅蘿蔔丁、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
13	五	台式鹹粥	蔬菜肉醬通心麵、南瓜湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
16	一	玉米粥	青菜肉絲炒麵、大黃瓜湯、季節水果	黑糖粉條	✓	✓	✓	✓
17	二	青菜豆腐湯	玉米雞丁、洋蔥炒甜不辣、時令青菜、海帶芽蛋花湯、季節水果	甜豆花	✓	✓	✓	✓
18	三	蔬菜麵	玉米肉絲蛋炒飯、冬瓜湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
19	四	廣東粥	柳葉魚、螞蟻上樹、時令青菜、貢丸湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
20	五	古早味米粉湯	金瓜肉絲炒米粉、青菜豆腐湯、季節水果	粉圓湯	✓	✓	✓	✓
23	一	高麗菜粥	酢醬絞肉麵、涼拌小黃瓜、南瓜湯、季節水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
24	二	擔仔麵	瓜仔肉燥、青豆炒玉米、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
25	三	慶生會	肉絲蛋炒飯、青菜豆腐湯、季節水果	玉米粥	✓	✓	✓	✓
26	四	絲瓜麵線	木須炒肉絲、炒豆皮、時令青菜、金針湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓
27	五	皮蛋瘦肉粥	素什錦鮮蔬炒麵、馬鈴薯湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
30	一	南瓜粥	義大利肉醬麵、蔬菜湯、季節水果	甜湯圓	✓	✓	✓	✓
31	二	什錦粥	洋蔥炒肉絲、五香豆干、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓

- ★ 每月青菜、水果以應時產季隨機調配。
- ★ 本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會彈性調整。
- ★ 本園咖哩使用之產地為日本福岡縣。
- ★ 本園一律使用國產豬肉、牛肉食材，向芬芳食品供應商採買。