

天主教 育仁 幼兒園 十 月份營養餐點表 113.10.1-113.10.31

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	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	二	油豆腐細粉	棒棒腿、焗南瓜、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	什錦粥	✓	✓	✓	✓
2	三	青菜豆腐湯	義大利肉醬麵、玉米湯、季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
3	四	廣東粥	雞丁炒玉米、鮮炒瓠瓜、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
4	五	高麗菜粥	金瓜肉絲炒米粉、鮮蔬湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
7	一	小饅頭、麥茶	滷肉飯、滷油豆腐、時令青菜、海帶芽蛋花湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
8	二	地瓜粥	蘿蔔燒肉、紅蘿蔔炒玉米、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
9	三	雞絲麵	高麗菜鮮肉水餃、玉米蛋花湯、季節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
10	四	國慶日						
11	五	高麗菜粥	酢醬絞肉麵、竹筍湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
14	一	大滷麵	馬鈴薯雞肉咖哩飯、大黃瓜湯、季節水果	青菜豆腐湯	✓	✓	✓	✓
15	二	玉米粥	青椒炒肉絲、韭香豆芽、時令青菜、豆腐蛋花湯、季節水果	魚丸湯	✓	✓	✓	✓
16	三	蔬菜麵	茄汁肉醬螺旋麵、馬鈴薯湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓
17	四	絲瓜麵線	柳葉魚、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	南瓜粥	✓	✓	✓	✓
18	五	蔬菜米粉湯	夏威夷肉絲蛋炒飯、蘿蔔湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
21	一	玉米濃湯	金瓜肉絲炒米粉、蔬菜湯、季節水果	銀耳湯	✓	✓	✓	✓
22	二	皮蛋瘦肉粥	洋蔥炒肉絲、螞蟻上樹、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
23	三	玉米粥	鮮蔬肉絲炒麵、竹筍湯、季節水果	貢丸湯	✓	✓	✓	✓
24	四	蘿蔔糕湯	木須炒肉絲、紅燒豆腐、時令青菜、玉米湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
25	五	地瓜粥	蔬菜肉絲通心麵、馬鈴薯湯、季節水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
28	一	蔬菜麵	翡翠肉絲蛋炒飯、南瓜湯、時令水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
29	二	南瓜粥	馬鈴薯燉肉、五香豆干、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
30	三	慶生會	酢醬絞肉麵、青菜豆腐湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
31	四	擔仔麵	百頁燒肉、開陽白菜、時令青菜、番茄蛋花湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓

- ★ 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。