

天主教 育仁 幼兒園 十 月份營養餐點表 114.10.1-114.10.31

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	三	高麗菜粥	金瓜肉絲炒米粉、鮮蔬湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
2	四	肉鬆粥	玉米炒肉絲、螞蟻上樹、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
3	五	蔬菜肉絲粥	義大利肉醬麵、玉米湯、季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
6	一	中秋節放假						
7	二	蘿蔔糕湯	豆干炒肉絲、炒海帶絲、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
8	三	青菜豆腐湯	鮮蔬肉絲炒麵、蘿蔔湯、季節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
9	四	地瓜粥	蘿蔔燒肉、黃瓜炒蛋、時令青菜、冬瓜湯、季節水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
10	五	國慶日放假						
13	一	高麗菜粥	酢醬絞肉麵、竹筍湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
14	二	玉米粥	紅蘿蔔炒肉絲、螞蟻上樹、時令青菜、豆腐蛋花湯、季節水果	魚丸湯	✓	✓	✓	✓
15	三	大滷麵	馬鈴薯雞肉咖哩飯、大黃瓜湯、季節水果	青菜豆腐湯	✓	✓	✓	✓
16	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	✓	✓	✓	✓
17	五	皮蛋瘦肉粥	金瓜肉絲炒米粉、蔬菜湯、季節水果	西米露	✓	✓	✓	✓
20	一	蔬菜米粉湯	夏威夷肉絲蛋炒飯、蘿蔔湯、季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
21	二	豆腐金針菇湯	玉米炒肉絲、紅燒豆腐、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
22	三	地瓜粥	酢醬絞肉麵、青菜豆腐湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
23	四	台式鹹粥	馬鈴薯燉肉、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	銀耳甜湯	✓	✓	✓	✓
24	五	光復節補假						
27	一	玉米粥	高麗菜肉絲炒麵、蘿蔔湯、季節水果	薏仁湯	✓	✓	✓	✓
28	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	✓	✓	✓	✓
29	三	慶生會	高麗菜鮮肉水餃、玉米湯、季節水果	豆花	✓	✓	✓	✓
30	四	油豆腐細粉	香滷棒棒腿、蒸蛋、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
31	五	地瓜粥	蔬菜肉絲通心麵、馬鈴薯湯、季節水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓

★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。