

慈暉幼兒園 112 年 10 月餐點表

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
10/02	一	起司三明治、牛奶	雞肉絲飯(白飯. 雞肉絲)、五香海帶豆干、薑絲冬瓜湯(薑絲. 冬瓜)、時令水果	關東煮
10/03	二	一口煎餃	咖哩豬肉燴飯、小白菜豆腐湯(咖哩. 豬肉. 白飯. 紅蘿蔔. 馬鈴薯. 小白菜. 豆腐)、時令水果	黑糖紅豆湯
10/04	三	香煎蘿蔔糕	大滷麵(紅蘿蔔. 豬肉. 金針菇. 木耳)、五香海帶豆干、時令水果	玉米濃湯
10/05	四	蔬菜香菇粥(白菜. 香菇. 玉米. 排骨高湯)	地瓜飯、紅燒雞丁、紅蘿蔔炒蛋、紫菜蛋花湯(地瓜. 紅蘿蔔. 雞肉. 香菇. 洋蔥. 紫菜. 雞蛋)、時令水果	粿仔條湯
10/06	五	海苔壽司捲(蛋. 壽司. 小黃瓜. 白飯)	什錦肉片番茄湯麵(番茄. 木耳. 香菇. 紅蘿蔔. 豬肉)、時令水果	小餐包、冬瓜茶
10/11	三	鮮奶小饅頭、豆漿	什錦炒麵(香菇. 肉絲. 紅蘿蔔. 洋蔥. 高麗菜)、蘿蔔排骨湯、時令水果	蔬菜湯餃
10/12	四	果醬吐司、牛奶	肉燥飯、蝦米炒長豆、青菜餛飩湯(蝦米. 長豆. 雞蛋. 白菜. 餛飩. 豬肉)、時令水果	綠豆薏仁湯
10/13	五	台式蛋餅(雞蛋、青蔥、紅蘿蔔、麵粉)	南瓜瘦肉粥(南瓜. 豬絞肉. 玉米粒. 蛋. 蔥)、涼拌小黃瓜、時令水果	克里姆麵包、冬瓜茶
10/16	一	香煎蘿蔔糕	五穀飯、糖醋里肌、滑嫩蒸蛋、海帶芽湯(豬肉. 洋蔥. 番茄. 雞蛋. 海帶芽)、時令水果	珍珠粉圓湯
10/17	二	雞蓉玉米粥(雞肉. 玉米. 蔥花. 米飯)	鍋燒意麵(意麵. 豬肉. 小白菜. 魚板. 香菇. 蛋)、時令水果	黑糖紅豆湯
10/18	三	南瓜蔬菜煎餅(南瓜. 麵粉. 雞蛋. 高麗菜)	咖哩豬肉燴飯(咖哩. 豬肉. 白飯. 紅蘿蔔. 馬鈴薯)、紫菜蛋花湯(紫菜. 雞蛋)、時令水果	香菇肉羹
10/19	四	銀絲卷、牛奶	什錦海鮮粥(蛤蠣. 魚板. 魚丸. 鮮魚湯. 大白菜)、時令水果	肉燥意麵
10/20	五	鍋燒雞絲麵(蛋. 小白菜. 黑輪. 雞絲麵)	雞肉絲飯(白飯. 雞肉絲)、涼拌小黃瓜、薑絲冬瓜湯(薑絲. 冬瓜)、時令水果	肉鬆麵包、冬瓜茶
10/23	一	小肉包、豆漿	古早味油飯(蝦米. 白飯. 香菇. 豬肉)、味噌豆腐湯(豆腐)、時令水果	八寶粥
10/24	二	香鬆海苔飯糰(飯、肉鬆、海苔)	日式豚骨拉麵(豬肉. 拉麵. 木耳. 紅蘿蔔. 小白菜)、時令水果	南瓜濃湯
10/25	三	絲瓜麻油麵線(絲瓜、麵線、蛋)	五穀飯、糖醋里肌、玉米炒蛋、香芹魚丸湯(紅蘿蔔. 洋蔥. 豬肉. 玉米. 雞蛋. 芹菜)、時令水果	雞蛋布丁
10/26	四	清粥小菜(白粥. 高麗菜. 紅蘿蔔. 蛋)	豬肉鮮蔬炒板條(板條. 豆芽菜. 木耳. 豬肉)、大黃瓜貢丸湯、時令水果	肉燥意麵
10/27	五	玉米蛋餅	高麗菜水餃、五香海帶豆干(高麗菜. 豬絞肉. 麵粉. 海帶. 豆干)、時令水果	小餐包、冬瓜茶
10/30	一	三明治、豆漿(吐司. 蛋. 玉米. 小黃瓜)	擔仔麵、蒜炒空心菜(豬肉. 油麵. 豆芽菜. 韭菜. 紅蔥酥、空心菜)、時令水果	綠豆薏仁湯
10/31	二	麵線羹(香菇、黑木耳、麻油、麵線)	白飯、蔥爆豬柳、番茄炒蛋、味噌豆腐湯(洋蔥. 豬肉. 番茄. 豆腐)、時令水果	玉米排骨湯

※本園供應膳食均使用國產豬肉. 雞肉之生鮮食材。※配合季節採購時令青菜。※餐點設計得視實際需求略作更動。※幼兒若有對某些食物有過敏或不適者，敬請通知本園，謝謝！