

慈暉幼兒園 115 年 10 月餐點表

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
10/01	四	港式蘿蔔糕. 豆漿	豬肉鮮蔬炒板條(板條. 豆芽菜. 木耳. 韭菜. 豬肉)、金針肉絲湯(金針. 豬肉). 火龍果	關東煮
10/02	五	熱狗蛋	地瓜飯. 蔥爆豬柳. 開陽白菜. 香芹魚丸湯(地瓜. 洋蔥. 豬肉. 大白菜. 芹菜. 魚丸)、蘋果	肉鬆麵包、決明子茶
10/05	一	地瓜粥、肉鬆	番茄蔬菜肉片湯麵(番茄. 高麗菜. 木耳、香菇. 紅蘿蔔. 豬肉)、芭樂	麵線羹
10/06	二	一口煎餃	五穀飯、糖醋雞丁、鮮菇燴絲瓜、牛蒡大骨湯(雞肉. 洋蔥. 絲瓜. 鮮菇. 牛蒡). 鳳梨	綠豆地瓜甜湯
10/07	三	當歸麵線	肉絲蔬菜蛋炒飯(豬肉. 油菜. 紅蘿蔔. 小黃瓜)、雙拼滷味(海帶、百頁豆腐)、蘋果	茶葉蛋. 麥茶
10/08	四	玉米蛋餅. 豆漿(玉米. 雞蛋. 麵粉. 黃豆)	五穀飯、三杯雞、枸杞地瓜葉、紫菜蛋花湯(雞肉. 枸杞. 地瓜葉. 紫菜. 雞蛋). 香蕉	冬瓜洋菜凍
10/12	一	果醬吐司. 牛奶	什錦海鮮粥(蛤蠣. 魚板. 魚丸. 鮮魚湯. 大白菜)、鳳梨	南瓜濃湯
10/13	二	鮮蔬肉燥冬粉湯(豬肉. 高麗菜. 冬粉)	地瓜飯、紅燒雞丁、小黃瓜炒蛋、鮮筍排骨湯(雞肉. 洋蔥. 小黃瓜. 雞蛋. 竹筍. 排骨)、柳丁	黑糖紅豆湯
10/14	三	鮮奶小饅頭. 豆漿	古早味油飯、蝦米蒲瓜湯(蝦米. 白飯. 香菇. 豬肉. 紅蘿蔔. 蒲瓜)、香蕉	肉燥意麵
10/15	四	台式蛋餅(雞蛋. 紅蘿蔔. 青蔥)	滑蛋豬肉燴飯、番茄蔬菜湯(豬肉. 雞蛋. 洋蔥. 番茄. 高麗菜. 紅蘿蔔). 芭樂	檸檬愛玉
10/16	五	熱狗蛋	白飯、豆干炒肉絲、蒜香空心菜、香菇雞湯(豬肉. 豆干. 空心菜. 香菇. 雞肉)、蘋果	克里姆麵包. 冬瓜茶
10/19	一	蔬菜麵粉煎餅(高麗菜、蛋、麵粉、玉米)	什錦肉絲炒麵、大黃瓜貢丸湯(蝦米. 香菇. 豬肉. 小白菜. 紅蘿蔔. 大黃瓜. 貢丸)、小番茄	冬瓜粉圓湯
10/20	二	滑蛋瘦肉粥(雞蛋. 豬肉)	聰明洋蔥鮪魚炒飯、翡翠豆腐羹(鮪魚. 洋蔥. 蛋. 紅蘿蔔. 菠菜. 豆腐)、香蕉	仙草蜜
10/21	三	三明治、牛奶(吐司. 蛋. 玉米. 小黃瓜)	五穀飯、嫩煎豬排、香菇蠔油青江菜、蘿蔔排骨湯(豬肉. 鮮菇. 青江菜. 蘿蔔. 排骨)、蘋果	水煮蛋. 決明子茶
10/22	四	絲瓜蛋花麵線	雞肉絲飯、爽脆涼拌黃瓜、養生鮮菇湯(雞肉. 小黃瓜. 鮮菇. 金針菇)、火龍果	關東煮
10/23	五	香鬆海苔飯糰(肉鬆. 海苔. 白飯)	鮮肉餛飩湯麵(小白菜. 豬肉餛飩)、香滷海帶豆干、芭樂	奶酥麵包、麥茶
10/27	二	港式蘿蔔糕	香菇瓜子肉燥飯、蒜香花椰菜、柴魚味噌湯(香菇. 肉燥. 脆瓜. 花椰菜. 味噌)、芭樂	蛋花雞絲麵
10/28	三	田園蔬菜鹹粥(高麗菜. 紅蘿蔔. 米飯)	鍋燒意麵(意麵. 豬肉. 小白菜. 紅蘿蔔. 香菇. 雞蛋)、火龍果	珍珠粉圓湯
10/29	四	蘑菇鐵板麵	白飯. 打拋豬肉. 麻油菠菜. 薑絲冬瓜湯(豬肉. 番茄. 九層塔. 菠菜. 冬瓜)、小番茄	日式湯烏龍
10/30	五	蔥抓餅. 豆漿	咖哩豬肉燴飯、海帶芽排骨湯(咖哩. 豬肉. 白飯. 紅蘿蔔. 馬鈴薯. 海帶芽. 排骨)、蘋果	藍莓麵包、冬瓜茶

※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！