

臺南市私立資優生幼兒園 112學年度 10月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	蛋類	肉類	豆類	蔬菜類	水果類
			主食	水果							
10/9	一	國慶日 彈性放假									
10/10	二										
10/11	三	滑蛋麵線	榨菜肉絲麵(麵條、肉絲、榨菜絲、青蔥、小白菜、鳥蛋)	香蕉	紅豆湯	○	○	○	○	○	○
10/12	四	葡萄吐司、牛奶	糙米飯、甜椒雞柳(雞肉、紅/黃/青椒)、高麗菜、四神排骨湯	香蕉	小米粥	○	○	○	○	○	○
10/13	五	魚柳粥	白飯、芋香燴肉(芋頭、肉丁)、空心菜、黃瓜肉絲湯(大黃瓜、肉片)	蘋果	銀絲卷、決明子茶	○	○	○	○	○	○
10/16	一	玉米蔬菜粥(玉米粒、高麗菜)	鮭魚蛋炒飯(白飯、鮭魚、雞蛋、青蔥)、海帶芽味噌湯	芭樂	絲瓜麵線	○	○	○	○	○	○
10/17	二	全麥吐司、牛奶	糙米飯、蕃茄豬肉(蕃茄、肉絲)、高麗菜、珍菇肉片湯(綜合菇菇、肉片)	芭樂	杏仁愛玉	○	○	○	○	○	○
10/18	三	鮮肉包、豆漿	五穀飯、醬燒豆干(蔥、豆干、肉絲)、油菜、大黃瓜魚丸湯	香蕉	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○	○	○
10/19	四	古早味肉絲麵線	小米飯、海帶滷肉(海帶結、冬白菜)、白蘿蔔排骨湯	香蕉	地瓜芋頭西米露	○	○	○	○	○	○
10/20	五	蟹蚌蔬菜粥	當歸鴨麵線(紅麵線、鴨肉、當歸、滷包、米血)、滷豆干丁(薑絲、豆干丁)	香蕉	黑糖小珍珠	○	○	○	○	○	○
10/23	一	美濃板條(小白菜、肉絲、蛋)	筍乾封肉飯(筍乾、封肉)、尼龍菜、白蘿蔔排骨湯(白蘿蔔、排骨)	蘋果	地瓜湯	○	○	○	○	○	○
10/24	二	草莓吐司、豆漿	糙米飯、肉絲炒麻油(肉絲、杏鮑菇)、油菜、紫菜蛋花湯	蘋果	日式關東煮(黑輪、甜不辣、木耳、高麗菜、蛋餃)	○	○	○	○	○	○
10/25	三	嘴邊肉冬粉湯(米粉、豆腐、嘴邊肉、豆芽菜)	五穀飯、客家小炒(豆干、魷魚、五花肉)、尼龍菜、白菜魚肉湯	蘋果	清涼仙草蜜	○	○	○	○	○	○
10/26	四	鮮奶吐司、牛奶	地瓜飯、麻油雞(紅蘿蔔、杏鮑菇、雞肉)、菠菜、青菜豆腐湯	西瓜	山粉圓	○	○	○	○	○	○
10/27	五	肉絲南瓜粥	鍋燒意麵(花枝、蛋、小白菜、蔥、肉絲)	西瓜	蔬菜冬粉(蛋、小白菜、肉絲)	○	○	○	○	○	○
10/30	一	翡翠吻仔魚粥	香菇肉絲飯湯(香菇、肉絲、紅蘿蔔、洋蔥、青蔥、高麗菜、魚丸)	西瓜	古早味小蛋糕、龍眼蜜茶	○	○	○	○	○	○
10/31	二	全麥吐司、豆漿	糙米飯、蘿蔔滷肉(白蘿蔔、肉丁)、高麗菜、羅宋湯(蕃茄、肉片、芹菜)	蘋果	紅豆紫米	○	○	○	○	○	○
11/1	三	黑糖饅頭、豆漿	小米飯、南瓜肉燥(南瓜、絞肉、香菇)、油菜、香菇雞肉湯	蘋果	蘿蔔糕豆芽湯(蘿蔔糕、豆芽、韭菜)	○	○	○	○	○	○
11/2	四	肉絲麵線	白飯、豆干丁滷肉(五香豆干、肉丁)、冬高麗菜、鯛魚魚丸湯	芭樂	冬瓜小珍珠	○	○	○	○	○	○
11/3	五	蔬菜雞蛋粥	南瓜炒米粉(米粉、南瓜、肉絲、高麗菜、豆芽菜)、冬瓜蛤仔湯	芭樂	綠豆湯	○	○	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！