



# 臺南市快樂幼兒園 115 學年度第一學期 10 月份餐點表

| 日期    | 星期 | 上午點心     | 午<br>餐                             | 下午點心    | 餐點類別檢核 |       |     |     |
|-------|----|----------|------------------------------------|---------|--------|-------|-----|-----|
|       |    |          |                                    |         | 全穀雜糧類  | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 10/1  | 四  | 蒲瓜麵線+柚子  | 小米飯+杏鮑三杯雞(雞腿肉.九層塔.杏鮑菇)+炒高麗菜+薑絲蛤蜊湯  | 什錦板條湯   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/2  | 五  | 玉米蛋花粥+香蕉 | 什錦海鮮鍋燒意麵(魚丸.魚柳.蛤蜊.肉絲.高麗菜.豆芽菜.木耳)   | 香菇筍絲粥   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/5  | 一  | 全麥饅頭+蘋果  | 高麗菜水餃(甘藍.豬絞肉)+玉米濃湯                 | 白菜魚丸冬粉湯 | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/6  | 二  | 田園蔬菜湯+香蕉 | 白飯+台式打拋豬(豬絞肉.番茄.九層塔)+炒油菜+枸杞香菇雞湯    | 鮮奶吐司+牛奶 | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/7  | 三  | 豆漿+芭樂    | 白醬菇菇義大利麵(花椰菜.毛豆.秀珍菇.香菇.蛋絲)+青菜紫菜湯   | 紅豆紫米湯   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/8  | 四  | 鮮肉包+蘋果   | 雞肉絲飯(雞肉.筍絲)+清炒空心菜+玉米蛋花湯            | 古早味麵線糊  | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/9  | 五  |          | 國慶日放假                              |         |        |       |     |     |
| 10/12 | 一  | 芝麻饅頭+蘋果  | 古早味肉燥乾麵(豆芽菜.小白菜)+滷豆干.海帶+金針排骨湯      | 時蔬雞絲麵   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/13 | 二  | 翡翠魚片粥+芭樂 | 燕麥飯+蘋果豬肉咖哩(馬鈴薯.紅蘿蔔.豬肉.花椰菜)+黃瓜魚丸湯   | 奶油麵包+牛奶 | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/14 | 三  | 蔬菜蘇打餅+柳橙 | 時蔬元氣糙米粥(玉米.紅蘿蔔.香菇.毛豆.甘藍.雞蛋)+素鬆     | 當歸麵線    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/15 | 四  | 豆漿+蘋果    | 日式昆布烏龍湯麵(甘藍.雞肉.海帶.紅蘿蔔.魚丸.香菇)       | 時蔬鮪魚粥   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/16 | 五  | 奶皇包+鳳梨   | 沙茶豬肉燴飯(洋蔥.豬肉.油菜)+味噌小魚乾豆腐湯          | 春雨味噌湯   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/19 | 一  | 鮮奶饅頭+香蕉  | 紅燒軟骨麵(紅白蘿蔔.香菇.豬軟骨.小白菜)             | 滑蛋肉末粥   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/20 | 二  | 豆薯蛋花湯+蘋果 | 五穀飯+蜜汁翅小腿(小雞腿.海帶)+黃瓜炒甜不辣+羅宋湯       | 奶酥麵包+牛奶 | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/21 | 三  | 豆漿+芭樂    | 三色營養涼麵(玉米.蛋絲.小黃瓜)+海芽金針湯            | 綠豆湯     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/22 | 四  | 甘藍豆腐湯+蘋果 | 紫米飯+馬鈴薯燉雞(紅蘿蔔.馬鈴薯.雞腿肉)+清炒空心菜+玉米大骨湯 | 高麗菜鹹粥   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/23 | 五  | 紅豆包+芭樂   | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋.玉米.紅蘿蔔絲.香菇.豬絞肉)+肉鬆        | 水煮蛋     | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/26 | 一  |          | 光復節放假                              |         |        |       |     |     |
| 10/27 | 二  | 黑糖饅頭+香蕉  | 關廟魯麵(肉羹.肉絲.高麗菜.大白菜.木耳絲.紅蘿蔔.雞蛋)     | 藍莓餐包+牛奶 | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/28 | 三  | 玉米濃湯+蘋果  | 五行蔬菜拌飯(菜豆.紅蘿蔔絲.玉米粒.木耳.雞蛋.香菇)+紫菜菇菇湯 | 和風湯麵    | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/29 | 四  | 豆漿+芭樂    | 番茄豬肉什錦拉麵(豬肉.高麗菜.小白菜.紅蘿蔔.香菇)        | 蘿蔔關東煮   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |
| 10/30 | 五  | 陽春麵+芭樂   | 五穀飯+紅燒滷肉(滷肉.滷蛋.滷豆干)+奶香炒銀芽+蒜頭蚬仔湯    | 雞肉玉米粥   | ✓      | ✓     | ✓   | ✓   |

★本園一律使用國產豬肉、雞肉及蛋    ★每日提供當季水果

★餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，如遇特殊狀況(颱風、退貨、物價)，將會做適當調整，

且不另做公告，不便之處敬請見諒！

★本園有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，

以上食材幼生如有禁忌，請主動告知老師！

園長核章：

