



臺南市快樂幼兒園 113 學年度第一學期 10 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別檢核			
					類 雜 類 糧	全 穀	蛋 豆 肉 魚	類 蔬 類 菜
10/1	二	黑糖饅頭+鳳梨	紅藜飯+洋芋豬肉咖哩(馬鈴薯.紅蘿蔔.豬肉)+蒜香油菜+紫菜肉絲湯	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
10/2	三	南瓜蛋花濃湯+鳳梨	義大利肉醬麵(高麗菜.玉米.碗豆.紅蘿蔔.絞肉)+豆薯魚丸湯	奶酥麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/3	四	鮮肉包+西瓜	小米飯+蔥油雞肉絲+大黃瓜炒甜不辣+青菜蛋花湯	蔬菜水餃湯	✓	✓	✓	✓
10/4	五	蔬菜雲吞湯+西瓜	胚芽飯+洋蔥豬柳(洋蔥.豬柳)+蛋香高麗菜+肉骨茶湯	肉燥米粉湯	✓	✓	✓	✓
10/7	一	芝麻饅頭+柚子	糙米飯+瓜仔素肉燥+玉米炒蛋+番茄豆腐湯	春雨味噌湯	✓	✓	✓	✓
10/8	二	孔雀餅乾+柚子	洋蔥豬肉蕎麥麵(番茄.高麗菜.大白菜.紅蘿蔔.香菇.肉絲.洋蔥)	翡翠鮪魚粥	✓	✓	✓	✓
10/9	三	蔬菜天婦羅湯+蘋果	榨菜肉絲湯麵(榨菜.肉絲.豆芽菜)+滷蛋	菠蘿麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/10	四	雙十國慶放假				✓	✓	✓
10/11	五	牛奶+蘋果	高麗菜水餃(高麗菜.豬絞肉)+玉米蛋花湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
10/14	一	鮮奶饅頭+柚子	蛋香菇湯麵(豆包.大白菜.紅蘿蔔絲.雞蛋.秀珍菇.木耳)	香菇筍絲粥	✓	✓	✓	✓
10/15	二	豆漿+香蕉	芝麻飯+滷肉(滷肉.滷蛋.滷豆干)+炒小白菜+海芽金針湯	時蔬雞絲麵	✓	✓	✓	✓
10/16	三	絲瓜麵線+芭樂	日式親子丼飯(雞肉.雞蛋.洋蔥)+蒜炒青江菜+莧菜豆腐湯	奶油麵包+洛神花茶	✓	✓	✓	✓
10/17	四	葡萄乾燕麥牛奶+芭樂	味噌豬肉拉麵(高麗菜.小白菜.紅蘿蔔.豬肉絲.香菇.木耳)	古早味肉羹湯	✓	✓	✓	✓
10/18	五	銀絲卷+香蕉	筍絲鮮魚粥(魚柳.玉米.紅蘿蔔絲.香菇.筍絲)+肉鬆	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
10/21	一	芝麻包+蘋果	五穀飯+鮮菇燴豆腐+奶香炒銀芽+羅宋湯	蛋絲杏鮑菇麵線	✓	✓	✓	✓
10/22	二	玉米脆片+牛奶+蘋果	紅燒軟骨麵(紅白蘿蔔.香菇.豬軟骨.小白菜)	芋頭肉末粥	✓	✓	✓	✓
10/23	三	番茄蔬菜湯+火龍果	紫米飯+滷小腿(小雞腿.滷海帶)+紅蘿蔔炒蛋+味噌豆腐小魚乾湯	鮮奶吐司+枸杞茶	✓	✓	✓	✓
10/24	四	古早味牛奶布丁+鳳梨	什錦肉絲炒麵(高麗菜.玉米.碗豆.紅蘿蔔.肉絲)+竹筍燉雞湯	蘿蔔關東煮	✓	✓	✓	✓
10/25	五	奶皇包+鳳梨	胚芽飯+泰式打拋豬(豬絞肉.番茄.九層塔)+炒油菜+冬瓜排骨湯	玉米雞蓉粥	✓	✓	✓	✓
10/28	一	全麥饅頭+芭樂	時蔬炒麵(高麗菜.木耳.小白菜.紅蘿蔔.蛋絲.香菇)+什錦菌菇湯	高麗菜鹹粥	✓	✓	✓	✓
10/29	二	豆漿+芭樂	五穀飯+三杯雞(九層塔.雞腿肉)+蒜香高麗菜+山藥排骨湯	當歸麵線	✓	✓	✓	✓
10/30	三	蔬菜三色粥+木瓜	鍋燒烏龍麵(高麗菜.紅蘿蔔.香菇.魚板.魚丸.虱目魚.肉絲)	葡萄吐司+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/31	四	芙蓉蛋花麵線+木瓜	杏鮑菇燻肉飯(杏鮑菇.豬肉.紅蘿蔔.洋蔥)+紫菜蛋花湯	桂圓糯米粥	✓	✓	✓	✓

★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：

