



日期	上午點心	午 餐					下午點心	每日食物類別一覽表			
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		全穀 根莖類	豆魚 肉蛋類	蔬菜類	水果類
10/1(三)	蘋果山藥甜湯	蕎麥飯	南瓜燜雞	金珠翠玉	水耕A菜	紫菜吻仔魚湯	鮮蔬總匯大亨堡、鮮奶、蘋果+木瓜	V	V	V	V
10/2(四)	小饅頭+燕麥薏仁漿	芋頭飯	醋溜肉片	青蔥炒蛋	高麗菜	金針雞湯	香菇竹筍冬粉、葡萄+火龍果	V	V	V	V
10/3(五)	花枝羹麵	糙米飯	三杯雞	清炒藕片	青江菜	綜合菇菇湯	月餅、柚子+水梨	V	V	V	V
10/6(一)	中 秋 節										
10/7(二)	地瓜稀飯+肉鬆	三寶燕麥飯	馬鈴薯燉肉	筊白筍炒杏鮑菇	空心菜	杏菜銀魚湯	關東煮、香蕉+芭樂	V	V	V	V
10/8(三)	排骨糙米粥	蕎麥飯	彩椒燴蝦仁	瓠瓜炒肉絲	大陸妹	如意排骨湯	甜梨冰糖銀耳湯、蘋果+奇異果	V	V	V	V
10/9(四)	蔥花麵包+豆漿	肉絲蛋炒飯		清炒花椰菜		冬瓜魚湯	銅鑼燒、優酪乳、水梨+鳳梨	V	V	V	V
10/10(五)	雙 十 節										
10/13(一)	白菜肉片湯麵	薏仁飯	蠔油雞丁	蒜香豆干絲	菠菜	玉米蛋花湯	蘋果小薏仁湯、葡萄+木瓜	V	V	V	V
10/14(二)	紅豆包+蓮藕糊	麥片飯	蔥燒土魷魚	菱角燴鮮菇	奶油白菜	帝王豆排骨湯	赤肉羹飯條、水梨+小番茄	V	V	V	V
10/15(三)	長壽麵	小米飯	竹筍燒肉	玉米起司蛋塔	青江菜	馬鈴薯濃湯	慶生蛋糕、豆漿、鳳梨+火龍果	V	V	V	V
10/16(四)	沙拉蛋三明治+鮮奶	糙米飯	蒜香蒸絞肉	塔香茄子	高麗菜	黑木耳雞湯	香芹肝連米苔目、香蕉+芭樂	V	V	V	V
10/17(五)	小米南瓜鹹粥	炒烏龍麵		蔬菜天婦羅		紫菜豆腐湯	冰糖蓮藕桂圓甜湯、蘋果+甜柿	V	V	V	V
10/20(一)	綠豆地瓜湯	薏仁飯	蘿蔔燒雞	鮮菇冬瓜	地瓜葉	海帶玉米排骨湯	馬鈴薯鮭魚煎餅、鮮奶、鳳梨+小番茄	V	V	V	V
10/21(二)	味噌豚骨拉麵	黑豆飯	鮭魚蒸豆腐	洋蔥炒蛋	空心菜	山藥雞湯	紅豆麥片粥、葡萄+香蕉	V	V	V	V
10/22(三)	南瓜泥吐司+鮮奶	五穀飯	菱角燒雞	水蓮菜炒香菇	小松菜	絲瓜魚片湯	芋頭米粉湯、芭樂+火龍果	V	V	V	V
10/23(四)	廣東粥	燕麥飯	元寶肉	炒海龍鬚菜	水耕A菜	青菜蛋花湯	海苔壽司、木瓜+水梨	V	V	V	V
10/24(五)	10/25 光 復 節 (補假一天)										
10/27(一)	筍香麵線羹	蕎麥飯	唐揚雞	滑蛋鮮菇	大陸妹	羅宋湯	水果(奇異果)奶酪、葡萄	V	V	V	V
10/28(二)	芝麻包+養生花茶	海鮮炒米粉		雙色木耳		鳳梨苦瓜排骨湯	番茄玉米筍蔬菜湯麵、甜柿+芭樂	V	V	V	V
10/29(三)	什錦海鮮粥	綠豆飯	味噌燒肉	毛豆燴豆腐	花椰菜	大黃瓜雞湯	黑糖糕、鮮奶、香蕉+鳳梨	V	V	V	V
10/30(四)	菠菜冬粉	小米飯	紅燒透抽豆腐	蘿蔔燉海帶	蚵白菜	冬瓜枸杞當歸薏仁湯	奶油甜玉米、火龍果+小番茄	V	V	V	V
10/31(五)	香蒜法國麵包+玉米濃湯	紅藜麥飯	蔥爆五花肉	醋溜土豆黑木耳	小松菜	銀芽豆腐蛋花湯	九層塔蛋餅、豆漿、木瓜+水梨	V	V	V	V



▲本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麩質之穀物及其過敏製品，

不適合對其過敏者食用，幼兒如有過敏，家長請事先告知。

*本園食材來源一律使用國產豬肉。