



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	豆魚 肉蛋	蔬菜 類	水果 類
10/1(四)	菠菜小魚粥	蕎麥飯	黑木耳麻油雞	菇炒三絲	水耕A菜	薑片絲瓜湯	煎蘿蔔糕、豆漿、木瓜、小番茄	V	V	V	V
10/2(五)	黑糖桂圓小米粥	鮭魚炒飯		起司焗烤花椰菜		山藥栗子雞湯	古早味米苔目湯、香蕉、芭樂	V	V	V	V
10/5(一)	赤肉羹麵線	胚芽米飯	茄汁燒肉	嫩芽烘蛋	空心菜	蘋果黑棗排骨湯	紫山藥煎餅、米漿、蘋果、葡萄	V	V	V	V
10/6(二)	葡萄吐司+紅藜米漿	燕麥飯	玉米滑雞丁	蜜汁豆干	大陸妹	香菇大白菜湯	海鮮河粉湯、柳丁、木瓜	V	V	V	V
10/7(三)	油豆腐細粉	黑米飯	醬爆肉末四季豆	香菇炒芹菜	青江菜	冬瓜魚片湯	馬鈴薯焗起司、鮮奶、大西瓜	V	V	V	V
10/8(四)	南瓜雜糧饅頭+ 紅藜燕麥黑芝麻漿	地瓜飯	豆酥鱈魚	番茄炒蛋	小松菜	黑豆紅棗雞湯	烏龍湯麵、甜柿、火龍果	V	V	V	V
10/9(五)	★ 雙十節 補休一天 ★										
10/12(一)	芹香蛋花粥	小米飯	蔥汁雞	五寶珍醬	蚵白菜	金菇味噌蛋花湯	鹹肉絲米苔目、香蕉、鳳梨	V	V	V	V
10/13(二)	紅豆燕麥甜湯	台式炒米粉		古早味白菜滷		小魚乾玉米排骨湯	仙草奶凍、大西瓜	V	V	V	V
10/14(三)	台式蘿蔔絲米粉湯	蕎麥飯	肉末炒山藥	雞蛋蒸豆腐	水耕A菜	地瓜雞湯	慶生蛋糕、鮮奶、甜柿、葡萄	V	V	V	V
10/15(四)	水果鮮奶玉米脆片	薏仁飯	客家小炒	蝦皮韭菜煎蛋	空心菜	海帶芽蛋花湯	鴨肉冬粉、水梨、小番茄	V	V	V	V
10/16(五)	香菇竹筍粥	藜麥飯	醬燒虱目魚肚	馬鈴薯炒肉絲	地瓜葉	木須肉絲湯	綜合豆花、木瓜、蘋果	V	V	V	V
10/19(一)	絲瓜鮮魚米苔目	胚芽米飯	炸雞腿	佃煮南瓜	大陸妹	蚵仔豆腐湯	水果果凍、蘋果、葡萄	V	V	V	V
10/20(二)	玉米沙拉全麥三明治+ 綠豆牛奶	水餃		綜合滷味		酸辣湯	海鮮濃湯、火龍果、小番茄	V	V	V	V
10/21(三)	薏仁麥片堅果奶	芋頭飯	鮪魚蛋肉餅	九層塔海帶絲	芥蘭菜	蓮藕排骨湯	米粉羹、香蕉、甜柿	V	V	V	V
10/22(四)	客家湯板條	蕎麥飯	醬燒小排	雙椒杏鮑菇炒蛋	青江菜	吻仔魚紫菜味噌湯	紅豆羊羹、鳳梨、芭樂	V	V	V	V
10/23(五)	饅頭夾蛋+鮮奶	燕麥飯	海鮮全家福	芹香豆干絲	高麗菜	藥膳排骨湯	菇菇肉片湯麵、水梨、柳丁	V	V	V	V
10/26(一)	★ 光復節 補休一天 ★										
10/27(二)	菠菜麵線	薏仁飯	炸土魷魚	紅燒豆腐	蚵白菜	番茄蛋花湯	山藥雞肉粥、火龍果、小番茄	V	V	V	V
10/28(三)	黑糖地瓜湯	咖哩雞肉燴飯		鮮菇炒龍鬚菜		白玉大骨湯	南瓜煎餅、鮮奶、香蕉、芭樂	V	V	V	V
10/29(四)	蒜香麵包+紅棗枸杞茶	十穀飯	蜜汁翅小腿	肉末蒸蛋	高麗菜	金針肉絲湯	香蔥肉絲米粉湯、蘋果、柳丁	V	V	V	V
10/30(五)	黑糖饅頭+南瓜豆漿	糙米飯	高昇排骨	蟹肉燴黃瓜	小松菜	白菜豆腐湯	香菇肉絲冬粉、鳳梨、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。