



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
10/2(一)	絲瓜鮮魚米苔目	胚芽米飯	炸雞腿	香菇炒芹菜	青江菜	蚵仔豆腐湯	米粉羹、香蕉+芭樂	V	V	V	V
10/3(二)	薏仁麥片堅果奶	芋頭飯	鮭魚蛋肉餅	九層塔海帶絲	高麗菜	蓮藕排骨湯	水果果凍(火龍果+奇異果+蘋果)	V	V	V	V
10/4(三)	客家湯板條	蕎麥飯	醬燒小排	雙椒杏鮑菇炒蛋	水耕A菜	吻仔魚紫菜味噌湯	紅豆羊羹、鳳梨+葡萄	V	V	V	V
10/5(四)	饅頭夾蛋+黑木耳露	燕麥飯	海鮮全家福	芹香豆干絲	大陸妹	藥膳排骨湯	菇菇肉片湯麵、木瓜+小番茄	V	V	V	V
10/6(五)	南瓜雜糧饅頭+黑豆漿	咖哩雞肉燴飯		鮮菇炒龍鬚菜		白玉大骨湯	南瓜煎餅+芭樂蘋果汁	V	V	V	V
10/9(一)	雙十節 連續假期										
10/10(二)											
10/11(三)	莧菜麵線	薏仁飯	炸土魷魚	紅燒豆腐	高麗菜	番茄蛋花湯	山藥雞肉粥、火龍果+香蕉	V	V	V	V
10/12(四)	黑糖地瓜湯	十穀飯	蜜汁翅小腿	肉末蒸蛋	青江菜	金針肉絲湯	蓮子薏仁湯、蘋果+木瓜	V	V	V	V
10/13(五)	黑糖饅頭+南瓜豆漿	糙米飯	高昇排骨	蟹肉燴黃瓜	水耕A菜	白菜豆腐湯	香菇肉絲冬粉、葡萄+鳳梨	V	V	V	V
10/16(一)	蘿蔔糕湯	小米飯	鹹甘滑雞柳	玉米炒蛋	空心菜	佛手瓜軟骨湯	蘋果小薏仁湯	V	V	V	V
10/17(二)	綠豆蕎麥甜湯	香蔥滷肉米苔目		雞絲拌蔬菜		筍片肉絲湯	海苔壽司、鳳梨百香果汁	V	V	V	V
10/18(三)	餛飩米粉湯	芝麻飯	蛋黃蒸肉	番茄燴豆腐	菠菜	紫菜吻仔魚湯	慶生蛋糕、奇異果水梨汁	V	V	V	V
10/19(四)	鮭魚沙拉麵包+鮮奶	蕎麥飯	京醬肉絲	鮮炒百菇	青江菜	紅蘿蔔玉米雞湯	家常湯麵、芭樂+葡萄	V	V	V	V
10/20(五)	粿條魚片湯	綠豆飯	彩椒雞丁	肉末炒韭菜花	高麗菜	什錦蛋花湯	水果三明治(香蕉+火龍果)	V	V	V	V
10/23(一)	金針滑蛋冬粉	胚芽米飯	清蒸鱈魚	香菇滷豆腐	水耕A菜	苦瓜排骨湯	醬燒蘿蔔糕、香蕉+蘋果	V	V	V	V
10/24(二)	白木耳薏仁湯	香菇拌飯		小黃瓜炒豆皮		蓮子雞湯	水果山粉圓(百香果)	V	V	V	V
10/25(三)	起司玉米捲+優酪乳	藜麥飯	木耳炒肉絲	紅蘿蔔炒蛋	青江菜	虱目魚豆腐湯	麵疙瘩、芭樂+葡萄	V	V	V	V
10/26(四)	鮭魚燕麥粥	糙米飯	西芹炒雞柳	三杯杏鮑菇	空心菜	洋蔥排骨湯	地瓜泥沙拉、小番茄+木瓜	V	V	V	V
10/27(五)	香蒜法國麵包+玉米濃湯	黑米飯	洋芋燻排骨	塔香海帶根	菠菜	山藥牛蒡雞湯	蚵仔冬粉、大西瓜	V	V	V	V
10/30(一)	麻油蛋麵線	燕麥飯	蔥爆中卷	豆腐蒸肉餅	高麗菜	薑絲冬瓜湯	鬆餅、鳳梨蘋果汁	V	V	V	V
10/31(二)	茶葉蛋+海帶金菇湯	茄汁肉醬義大利麵		優格沙拉蘆筍		雞茸玉米濃湯	吻仔魚粥、葡萄+木瓜	V	V	V	V

*本園食材來源一律使用國產豬肉。