

實踐大學附設臺北市私立幼兒園

114 年 10 月餐點表〈每日均備有水果〉

日期	星期	上 午 點 心	午 餐	下 午 點 心
1	三	兔子小壽桃、牛奶	紅蘿蔔炒蛋、洋蔥醬燒豆干、五穀飯、枸杞薑絲冬瓜湯	三絲魚丸湯
2	四	玉米脆片、杏仁牛奶	肉末高麗菜毛豆洋蔥玉米紅蘿蔔蛋炒飯、大黃瓜雞湯	時蔬木耳紅蘿蔔麵線
3	五	馬鈴薯玉米蛋濃湯	紅燒雞腿、韭菜炒銀芽、味噌紫菜豆腐蛋花湯	黑糖小圓餅、無糖麥茶
6	一	中 秋 節 放 假 一 天		
7	二	時蔬肉末蛋花湯	蘿蔔乾炒蛋、肉末毛豆玉米紅蘿蔔燒豆腐、筍片雞湯	杯子蛋糕、牛奶
8	三	什錦穀豆熟片、牛奶	大麥香鬆、紅燒杏鮑菇花生毛豆紅蘿蔔麵筋、小米粥	芋頭牛奶西米露
9	四	花生芝麻糊	洋蔥豬柳、九層塔炒海龍、糙米飯、薑絲冬瓜雞湯	肉絲薏仁四神湯
10	五	雙 十 節 放 假 一 天		
13	一	肉末豆包細粉	紅蘿蔔玉米高麗菜洋蔥蛋炒烏龍麵、枸杞大黃瓜湯	綠豆麥片湯
14	二	金針紅蓼毛豆湯	瓜仔蒸肉、鮮炒食蔬、五穀飯、海芽魚乾蔥末湯	造型餅、麥芽牛奶
15	三	黑糖小饅頭、牛奶	大白菜木耳紅蘿蔔素肉滑蛋大滷湯麵、糖醋小黃瓜	薑汁地瓜湯
16	四	肉末木耳雞絲麵	生香菇肉末南瓜馬鈴薯紅蘿蔔毛豆洋蔥牛奶玉米燉飯	小圓餅、牛奶
17	五	燕麥脆片、杏仁牛奶	手工水餃、什錦肉絲蛋豆腐木耳紅蘿蔔筍絲酸辣湯	田園蔬菜肉末玉米粥
20	一	滷小豆乾、決明子茶	素肉丸杏鮑菇高麗菜紅蘿蔔玉米金針菇湯烏龍麵	紅棗銀耳雪蓮子湯
21	二	肉絲豆芽粉絲湯	滷肉飯、滷海帶結、腐衣、五穀飯、紅白蘿蔔雞湯	銀絲卷、無糖麥茶
22	三	南瓜濃湯	馬鈴薯洋蔥蕃茄生香菇蕃茄醬螺旋麵、紫菜蛋花湯	全麥吐司、杏仁牛奶
23	四	白蘿蔔貢丸湯	咖哩洋蔥紅蘿蔔馬鈴薯玉米雞肉燕麥飯、味噌豆腐魚乾湯	造型餅、麥芽牛奶
24	五	光 復 節 放 假 一 天		
27	一	芝麻包、牛奶	小黃瓜炒杏鮑菇、胡蘿蔔炒蛋、香鬆、地瓜稀飯	紅綠豆花生麥片燒仙草
28	二	馬鈴薯金針菇碎肉羹	洋蔥燒肉、芹香紅蓼白乾絲、糙米飯、味噌豆腐湯	雞蛋麵包、牛奶
29	三	營養五彩球、牛奶	高麗菜紅蘿蔔肉絲蛋炒飯、紫菜蛋花湯	山藥小薏仁甜湯
30	四	洋蔥玉米蛋鹹粥	京醬肉絲乾丁、鮮炒食蔬、燕麥飯、味噌海芽魚乾湯	什錦穀豆熟片、牛奶
31	五	雞蛋小饅頭、牛奶	什錦香菇紅白蘿蔔木耳竹筍肉羹糙米飯	小白菜韭黃鮮肉餛飩湯

*本園一律使用國產豬食材