

實踐大學附設臺北市私立幼兒園

113年10月份餐點表〈每日均備有水果〉

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
9/30	一	玉米脆片、杏仁牛奶	紅蘿蔔炒蛋、洋蔥醬燒豆干、五穀飯、枸杞薑絲冬瓜湯	大白菜木耳紅蘿蔔麵線
1	二	芹香三絲魚丸湯	肉末高麗菜毛豆洋蔥玉米紅蘿蔔蛋炒飯、大黃瓜雞湯	兔子小壽桃、杏仁奶
2	三	馬鈴薯玉米肉蛋濃湯	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
3	四	小白菜肉末蛋花湯	山藥金針菇高麗菜玉米杏鮑菇藥膳素肉大補湯拉麵	桂圓紫米粥
4	五	營養五彩球、牛奶	蘿蔔乾炒蛋、毛豆玉米紅蘿蔔燒豆腐、胚芽飯、筍片雞湯	肉絲薏仁四神湯
7	一	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
8	二	花生芝麻糊	洋蔥豬柳、紅蔘炒海龍、糙米飯、薑絲冬瓜雞湯	杯子蛋糕、牛奶
9	三	金針紅蔘肉末毛豆湯	馬鈴薯洋蔥蕃茄生香菇肉末茄醬螺旋麵、紫菜蛋花湯	綠豆麥片湯
10	四	雙十節放假一天		
11	五	芹香肉末豆包細粉	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
14	一	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
15	二	大白肉末木耳麵線	生香菇肉末南瓜馬鈴薯紅蘿蔔毛豆洋蔥牛奶玉米墩飯	牛奶小圓餅、牛奶
16	三	燕麥脆片、牛奶	手工水餃、什錦肉絲豆腐木耳紅蘿蔔筍絲酸辣湯	田園蔬菜肉末玉米粥
17	四	滷小豆乾、決明子茶	素紅燒牛肉杏鮑菇高麗菜紅蘿蔔玉米金針菇湯拉麵	紅棗銀耳雪蓮子湯
18	五	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、杏仁牛奶
21	一	高麗西洋芹南瓜湯	什錦紅蘿蔔玉米高麗菜洋蔥蛋炒烏龍麵、枸杞大黃瓜湯	大花豆地瓜湯
22	二	芹香虱目魚丸湯	咖哩洋蔥紅蘿蔔馬鈴薯玉米豬肉燕麥飯、味噌豆腐魚乾湯	造型餅、杏仁牛奶
23	三	芝麻包、牛奶	什錦紅蘿蔔肉絲韭菜豆芽菜蛋炒麵、香菇牛蒡雞湯	肉末洋蔥玉米毛豆蛋粥
24	四	三色豆肉末豆腐羹	麻油香菇毛豆玉米肉絲紅麵油飯、薑絲冬瓜雞湯	紅綠豆花生麥片燒仙草
25	五	馬鈴薯毛豆碎肉蛋羹	洋蔥燒肉、芹香紅蔘白乾絲、糙米飯、空心菜小魚乾湯	雞蛋麵包、牛奶
28	一	薑絲花生海帶芽湯	高麗菜紅蘿蔔木耳蛋素肉炒米粉、紫菜蛋花湯	山藥小薏仁甜湯
29	二	洋蔥毛豆玉米蛋鹹粥	京醬肉絲乾丁、鮮炒食蔬、燕麥飯、味噌海芽魚乾湯	珍珠麵包、麥芽牛奶
30	三	雞蛋小饅頭、牛奶	什錦香菇紅白蘿蔔木耳竹筍肉羹燴糙米飯	小白菜韭黃鮮肉餛飩湯
31	四	味噌白蘿蔔肉末湯	小白菜、榨菜紅蘿蔔木耳肉絲豆乾蛋湯拉麵	全麥土司、杏仁牛奶

*本園一律使用國產豬食材