

臺北市私立華育幼兒園

臺北市士林區東山路135號 Tel:(02)2836-4687

113年10月份餐點表

日期	星期	早 點	午 餐						午 點
			主食	主菜	副菜	蔬菜	湯	水果	
1	二	玉米豬肉粥	糙米飯	糖醋燒肉	紅蘿蔔炒蛋	時令青菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	紅豆湯
2	三	小米粥	什錦炒麵			時令青菜	味噌豆腐湯	時令水果	地瓜湯
3	四	銀絲卷 豆漿	地瓜飯	油豆腐燒肉	玉米炒蛋	時令青菜	綜合菇菇湯	時令水果	紫米粥
4	五	田園蔬菜粥	雜糧飯	馬鈴薯燉肉	芙蓉蒸蛋	時令青菜	紫菜蛋花湯	時令水果	芋頭米粉
5	六	放假							
6	日								
7	一	草莓吐司 牛奶	五穀飯	蘿蔔燉肉	麻婆豆腐	時令青菜	海帶芽蛋花湯	時令水果	綠豆湯
8	二	雞蛋麵線	紫米飯	絞肉豆腐羹	三色豆干絲	時令青菜	玉米湯	時令水果	瓠瓜粥
9	三	牛奶燕麥	咖哩雞肉飯			時令青菜	味噌豆腐湯	時令水果	南瓜西米露
10	四	國慶日放假							
11	五	什錦米粉	胚芽飯	鳳梨木耳炒雞肉	滷海帶豆干	時令青菜	香芹丸子湯	時令水果	粉條仙草
12	六	放假							
13	日								
14	一	法式吐司 牛奶	胚芽飯	拋打豬肉	香芹豆干	時令青菜	味噌海帶芽湯	時令水果	綠豆粥
15	二	蔥抓餅 豆漿	糙米飯	玉米炒雞肉	蔥燒豆包	時令青菜	蛋花湯	時令水果	八寶粥
16	三	南瓜粥	炸 醬 麵			時令青菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	芋頭西米露
17	四	雞蛋麵線	紫米飯	香滷肉燥	醬油蒸蛋	時令青菜	番茄蛋花湯	時令水果	蘿蔔糕湯
18	五	地瓜粥	雜糧飯	京醬豬肉	三色豆炒蛋	時令青菜	蔬菜湯	時令水果	豆花
19	六	放假							
20	日								
21	一	椰香吐司 牛奶	胚芽飯	瓜仔肉	絲瓜炒蛋	時令青菜	紫菜蛋花湯	時令水果	米粉湯
22	二	小饅頭 豆漿	地瓜飯	冬瓜燒肉	紅燒豆腐	時令青菜	金針湯	時令水果	芋頭粥
23	三	玉米粥	義大利番茄肉醬麵			時令青菜	玉米濃湯	時令水果	仙草湯
24	四	絲瓜麵線	紫米飯	馬鈴薯燉肉	炒三絲	時令青菜	蛋花海帶芽	時令水果	草莓吐司 麥茶
25	五	雞蛋粥	五穀飯	豆腐燒肉	白菜燒冬粉	時令青菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	地瓜湯
26	六	放假							
27	日								
28	一	奶酥吐司 牛奶	地瓜飯	玉米絞肉炒蛋	三色豆炒豆乾	時令青菜	蘿蔔海帶湯	時令水果	綠豆湯
29	二	雞絲麵	糙米飯	香菇肉燥	洋蔥炒蛋	時令青菜	玉米湯	時令水果	地瓜粥
30	三	蘿蔔粥	什錦燴飯			時令青菜	味噌豆腐湯	時令水果	南瓜西米露
31	四	南瓜粥	紫米飯	蘿蔔雞丁	雙菇燴木耳	時令青菜	青菜豆腐湯	時令水果	紅豆湯

以上菜單皆以當季食材為主，若當日買不到或不可抗拒因素，則以其他食材替代

本園肉類食材採用國肉在地雞、豬