

日期	星期	早點	午				餐		午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	二	擔仔清湯麵	糙米飯	泰式打拋豬	叻仔魚煎蛋	有機蔬菜	肉絲羹湯	時令水果	愛玉粉圓	✓	✓	✓	✓
2	三	生日蛋糕、米漿	胚芽米	蔥爆雞丁	咖哩燴洋芋	有機蔬菜	蕃茄排骨湯	時令水果	和風蔥包、麥仔茶	✓	✓	✓	✓
3	四	饅頭夾蛋、豆漿	紫米飯	酥香蝦捲	菜脯蛋	有機蔬菜	蘿蔔蛤蜊湯	時令水果	日式烏龍拉麵	✓	✓	✓	✓
4	五	高麗菜什錦粥	香腸蛋炒飯		香酥雞塊	有機蔬菜	薑絲鱸魚清湯	時令水果	黑糖麻糬包、桂圓紅棗茶	✓	✓	✓	✓
7	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	馬鈴薯燉肉	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	冬瓜排骨	時令水果	綠豆薏仁甜湯	✓	✓	✓	✓
8	二	餛飩麵	糙米飯	南瓜照燒雞	絲瓜鯛魚豆腐	有機蔬菜	紅蘿蔔海帶結排骨湯	時令水果	珍珠丸、花生仁湯	✓	✓	✓	✓
9	三	芋香什錦鹹粥	胚芽米	醬燒肉片	青蔥肉醬燴豆腐	有機蔬菜	黃耆枸杞雞湯	時令水果	黑糖粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
10	四		雙十節休假							✓	✓	✓	✓
11	五	鮭魚蛋拌飯、豆漿	蒜香什錦炒麵		滷海帶豆干丁	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	日式三明治、優酪乳	✓	✓	✓	✓
14	一	小鮮肉包、米漿	薏仁飯	糖醋肉	大黃瓜燴花枝丸	有機蔬菜	三色排骨湯	時令水果	芋頭糕、蛋花湯	✓	✓	✓	✓
15	二	海鮮湯麵	糙米飯	紅燒獅子頭	培根炒豆芽	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	糖燒起士麵包、鮮豆漿	✓	✓	✓	✓
16	三	廣東瘦肉粥	胚芽米	醬爆雞丁	涼拌乾絲	有機蔬菜	蕃茄蔥花蛋湯	時令水果	玉米脆片奶酪	✓	✓	✓	✓
17	四	豬五花味噌烏龍麵	紫米飯	香煎魚	三色蒸蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	玉米、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
18	五	台式鹹粥	義大利麵		滷小棒腿	有機蔬菜	洋蔥南瓜濃湯	時令水果	燻雞三明治、鮮奶	✓	✓	✓	✓
21	一	小雞蛋饅頭、米漿	美味 Pizza			100%蘋果汁		香醇優酪		✓	✓	✓	✓
22	二	香菇玉米粥	糙米飯	滷瓜仔肉	紅燒豆腐	有機蔬菜	蒜頭蛤蠣雞湯	時令水果	三絲肉羹麵	✓	✓	✓	✓
23	三	虱目魚丸米粉湯	胚芽米	煎香腸	糖醋馬鈴薯	有機蔬菜	味噌海帶芽豆腐湯	時令水果	輕波羅、黑糖鮮奶茶	✓	✓	✓	✓
24	四	小芋泥包、豆漿	紫米飯	紅燒魚	肉末蒸豆腐	有機蔬菜	羅宋排骨湯	時令水果	蔥燒意麵	✓	✓	✓	✓
25	五	清粥小菜	水餃		家常滷味	有機蔬菜	味噌魚片湯	時令水果	黃金雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
28	一	乳酪卷、鮮奶	薏仁飯	蔥爆豬柳	糖醋豆包	有機蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	紅豆綜合小湯圓	✓	✓	✓	✓
29	二	彩蔬湯餃	糙米飯	香菇燉肉末	海苔蒸蛋	有機蔬菜	瓜仔雞湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
30	三	蕃茄雞蛋湯麵	胚芽米	蠔油雞肉	玉米肉末	有機蔬菜	肉絲豆腐羹	時令水果	日式卡士達、蘋果茶	✓	✓	✓	✓
31	四	小芝麻包、豆漿	紫米飯	清蒸魚	滷肉油豆腐	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	肉燥米粉湯	✓	✓	✓	✓

註：1. 每日均備有蔬菜、水果，均衡幼兒營養之攝取。 2. 若您家寶寶有過敏現象或不吃的餐點，請事先告知老師；以避免幼兒因攝取而導致過敏現象。

3. 本餐點內容將視當月活動情形以及特殊狀況，做適當調整。

★★4. 本園採用國內在地豬肉，來源為『**新北市肉品拍買市場**』、『**台灣卜蜂企業有限公司**』之毛豬、向「**豐得國際實業有限公司**」供應廠商採買。



