

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
3	一	小芝麻包、鮮奶	薏仁飯	菇香芋薺蒸肉	豆皮木耳炒包心白菜	有機蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	紅豆綜合湯圓	✓	✓	✓	✓
4	二	彩蔬湯餃	糙米飯	蔥爆豬柳	鮮味海苔蒸蛋	有機蔬菜	瓜仔雞湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
5	三	生日蛋糕、米漿	胚芽米	蠔油雞肉	玉米肉末	有機蔬菜	肉絲豆腐羹	時令水果	燻雞玉米 Pizza、蘋果茶	✓	✓	✓	✓
6	四	乳酪捲、豆漿	紫米飯	芹菜豆醬豆腐鯊	滷肉油豆腐	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊排骨湯	時令水果	肉燥米粉湯	✓	✓	✓	✓
7	五	榨菜肉絲麵	咖哩雞肉飯			有機蔬菜	奶香玉米濃湯	時令水果	德式香蒜麵包、蜜桃蘋果茶	✓	✓	✓	✓
10	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	三杯雞	玉米炒蛋	有機蔬菜	山藥紅棗排骨湯	時令水果	黑糖西谷米甜湯	✓	✓	✓	✓
11	二	小紅豆包、米漿	糙米飯	洋蔥燴里肌	蕃茄豆腐	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	鹹粿湯	✓	✓	✓	✓
12	三	雞肉蔬菜粥	胚芽米	左宗棠雞	螞蟻上樹	有機蔬菜	什錦鮮菇湯	時令水果	黑糖馬拉糕、蜂蜜柚子茶	✓	✓	✓	✓
13	四	肉絲蛋花雞絲麵	紫米飯	糖醋鯛魚片	豆皮炒時蔬	有機蔬菜	金針赤肉湯	時令水果	茶葉蛋、味噌湯	✓	✓	✓	✓
14	五	三鮮豆簽羹	雞肉鮮蔬燴飯		滷蛋、小豆干	有機蔬菜	鮮鮭魚湯	時令水果	和風花生麵包、豆漿		✓	✓	✓
17	一	小兔包、鮮奶	薏仁飯	炒鮮蔬豬肉	什錦燴小黃瓜	有機蔬菜	金瓜排骨湯	時令水果	滑蛋雞茸粥	✓	✓	✓	✓
18	二	擔仔清湯麵	糙米飯	絞肉豆乾丁	吻仔魚煎蛋	有機蔬菜	肉絲羹湯	時令水果	燒仙草	✓	✓	✓	✓
19	三	芋香什錦鹹粥	胚芽米	蔥爆雞丁	咖哩燴洋芋	有機蔬菜	蕃茄蛋花排骨湯	時令水果	日式卡士達、麥仔茶	✓	✓	✓	✓
20	四	饅頭夾蛋、米漿	紫米飯	酥香蝦捲	菜脯蛋	有機蔬菜	蘿蔔蛤蜊排骨湯	時令水果	日式烏龍拉麵	✓	✓	✓	✓
21	五	高麗菜什錦粥	海鮮烏龍炒麵		香酥雞塊	有機蔬菜	薑絲鱸魚清湯	時令水果	小臘腸餐包、桂圓紅棗茶		✓	✓	✓
24	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	馬鈴薯燉肉	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	大頭菜排骨	時令水果	綠豆薏仁甜湯	✓	✓	✓	✓
25	二	蛋花蝦餃麵	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	✓	✓	✓	✓
26	三	蕃茄雞蛋湯麵	胚芽米	醬燒肉片	青翠肉醬燴豆腐	有機蔬菜	黃耆枸杞雞湯	時令水果	黑糖粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
27	四	絲瓜海鮮粥	紫米飯	香煎鮭魚	鮮菇燴山藥	有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	蔥油餅、黃金柚子茶	✓	✓	✓	✓
28	五	鮭魚蛋拌飯、豆漿	夏威夷炒飯		滷海帶豆干丁	有機蔬菜	紫菜蛋花排骨湯	時令水果	波蘿麵包、鮮奶	✓	✓	✓	✓
31	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、奶油玉米濃湯	✓	✓	✓	✓

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。



