

臺中市立大肚幼兒園 113年10月餐點表

10/1	週二	鮮奶+芝麻包	肉絲炒飯、喜相逢小魚、青菜、冬瓜蛤仔湯	蘿蔔糕	
10/2	週三	低糖豆漿+草莓吐司	小米飯、糖醋魚片、芹菜三絲、青菜、紫菜蛋花湯	蛋汁雞絲麵	
10/3	週四	葡萄乾燕麥片+鮮奶	白飯、打拋豬、雙菇燴豆腐、青菜、地瓜葉小魚湯	關東煮	
10/4	週五	玉米濃湯	香菇肉羹麵、滷豆干+昆布、毛豆莢	布丁	
10/5	週六				
10/6	週日				
10/7	週一	鮮奶+玉米脆片	小米飯、毛豆雞丁、香煎豆腐、青菜、四物豆皮排骨湯	鮮菇南瓜湯	
10/8	週二	低糖豆漿+肉包	燕麥飯、蒜香波菜肉絲、玉米滑蛋、青菜、酸菜白肉湯	慶生會蛋糕+冬瓜茶	
10/9	週三	鮮奶+全麥吐司	咖哩飯、滷雞腿、青菜、味噌豆腐湯	檸檬愛玉粉圓湯	
10/10	週四	國慶日放假			
10/11	週五	鮮奶+小兔包	炒麵、白切肉、青菜、蚵仔湯	沙其瑪+麥茶	
10/12	週六				
10/13	週日				
10/14	週一	鮮奶+紅豆包	清粥、馬鈴薯雞柳、番茄燴豆腐、青菜	土魷魚羹湯	
10/15	週二	燒賣+鮮奶	小米飯、香芋滷肉、鹹蛋杏鮑菇、青菜、蘿蔔大骨湯	當歸肉絲冬粉湯	
10/16	週三	羊奶+雞蛋饅頭	白飯、粉蒸豬肉排、扁魚白菜、青菜、大骨韭菜豬血湯	豬肉餡餅	
10/17	週四	香菇肉絲米粉湯	五穀飯、日式炒肉片、銀芽炒豆包、青菜、蟹肉絲絲瓜湯	醬油拉麵	
10/18	週五	米漿+小餐包	古早味炒麵、青菜、鑫鑫腸、鴨肉鹹菜湯	綠豆白粉圓湯	
10/19	週六				
10/20	週日				
10/21	週一	鮮奶+奶黃包	糙米飯、茄汁肉丸子、南洋四色、青菜、青木瓜蛤蠣湯	蒸地瓜	
10/22	週二	擔擔麵	燕麥飯、黃瓜炒黑輪、玉米煎蛋、青菜、枸杞牛蒡湯	熱狗+決明子茶	
10/23	週三	鮮奶+鮮奶饅頭	胚芽米飯、日式味噌鯛魚塊、彩椒肉絲、青菜、福菜排骨湯	油豆腐米血糕湯	
10/24	週四	低糖豆漿+芝麻包	白飯、旺旺雞、涼拌海帶、青菜、蒲瓜排骨湯	仙草甜品	
10/25	週五	鮮奶+條紋饅頭	義大利肉醬麵、綠花椰菜、羅宋湯	皮蛋瘦肉粥	
10/26	週六				
10/27	週日				
10/28	週一	鮮奶+芋頭饅頭	紫米飯、蒜泥白肉、田園彩蔬、青菜、白菜貢丸湯	麵線糊	
10/29	週二	紅豆鮮奶湯	高麗菜悶飯、魯什錦、青菜、蔭瓜香菇雞湯	煎芋頭糕+麥茶	
10/30	週三	養生菌菇湯	燕麥飯、古都肉燥、菜圃煎蛋、青菜、山藥枸杞湯	鮪魚夾饅頭+紫菜湯	
10/31	週四	豆漿+葡萄乾吐司	海鮮湯麵、炸麥克雞塊、青菜	花生豆花	

1.每午餐提供當季水果 2.本園餐點食材一律使用國產豬肉（本園無使用牛肉食材）。