

台中市立大肚幼兒園 114年10月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐(每餐皆有新鮮水果)	下午點心
10/1	週三	鮮奶+玉米脆片	燕麥飯、毛豆雞柳、麻婆豆腐、青菜、大黃瓜大骨湯	慶生會蛋糕+麥茶
10/2	週四	鮮蔬香菇丸湯	小米飯、糖醋魚片、番茄炒蛋、青菜、酸菜白肉湯	香菇麵線湯
10/3	週五	鮮奶+鹹蛋糕	薏仁飯、馬鈴薯燉肉、塔香豆干、青菜、香菇雞湯	檸檬愛玉
10/4	週六			
10/5	週日			
10/6	週一	放假		
10/7	週二	米漿+紅豆包	紅藜飯、糖醋肉絲、蝦仁毛豆炒蛋、青菜、鮮菇蔬菜湯	南瓜濃湯
10/8	週三	莧菜魚片粥	紫米飯、洋芋雞丁、雙菇燴豆腐、青菜、蘿蔔大骨湯	綠豆地瓜湯
10/9	週四	葡萄乾麥片+鮮奶	白飯、梅干扣肉、洋蔥炒蛋、青菜、金針肉絲湯	麵疙瘩湯
10/10	週五	放假		
10/11	週六			
10/12	週日			
10/13	週一	米苔目鹹湯	白飯、栗子燒雞、銀芽炒豆包、青菜、玉米香菇排骨湯	豆漿+蒸地瓜
10/14	週二	米漿+黑糖饅頭	紅藜飯、魚片豆腐煲、小黃瓜炒什錦、青菜、福菜肉片湯	皮蛋瘦肉粥
10/15	週三	鮮奶+葡萄乾吐司	麥片飯、果蔬雞丁、螞蟻上樹、青菜、芹菜丸子湯	鮮菇紅棗燉米血
10/16	週四	台式鹹粥	胚芽米飯、鮮蔬炒肉片、紅燒豆腐、青菜、當歸排骨湯	珍珠豆花
10/17	週五	鮮奶+銀絲卷	古早味炒麵、滷味雙拼、青菜、蘿蔔排骨湯	鮮肉雲吞湯
10/18	週六			
10/19	週日			
10/20	週一	麵線蛋花湯	什錦燴飯、肉鬆涼拌豆腐、青菜、榨菜肉絲湯	關東煮
10/21	週二	胚芽吐司+低糖豆漿	糙米飯、洋蔥豬柳、玉米炒蛋、青菜、四神薏仁湯	絲瓜麵線
10/22	週三	鮮奶+條文饅頭	五穀飯、紅燒肉排、奶油什錦菇、青菜、芹香魚丸湯	仙草蜜
10/23	週四	燒賣+蛋花湯	薏仁飯、芋頭燉肉、蛤仔蒸蛋、青菜、百菇藥膳湯	吻魚豆腐羹湯
10/24	週五	放假		
10/25	週六			
10/26	週日			
10/27	週一	紅藜瘦肉粥	白飯、古早味肉燥、紅蘿蔔炒蛋、青菜、蒲瓜排骨湯	蛋汁雞絲麵
10/28	週二	低糖豆漿+肉包	小米飯、蒜香雞肉煲、白菜滷、青菜、薑絲蛤仔湯	水餃湯
10/29	週三	鮮奶+小兔包	紫米飯、照燒豆腐、馬鈴薯燴炒玉米、青菜、空心菜小魚湯	肉羹湯
10/30	週四	蘿蔔糕湯	薏仁飯、三鮮燴魚片、香菇蒸蛋、青菜、黃瓜丸子湯	紅豆小米薏仁湯
10/31	週五	鮮奶+全麥吐司	白飯、咖哩飯、洋蔥炒蛋、花椰菜、味噌海帶湯	芋頭米粉湯

※本園餐點食材一律使用國產豬肉（本園無使用牛肉食材）

※本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者使用。**幼兒如有過敏 家長請事先告知**

※幼兒每日餐點一併更新在【校園食材登陸平台】<https://reurl.cc/8DIMDy>