

新北市淡水區108學年度上學期屯山國小附設幼兒園10月餐點表

| 新 北 市 淡 水 區 1 0 8 學 年 度 上 學 期 屯 山 國 小 附 設 幼 兒 園 1 0 月 餐 點 表     |          |          |        |        |       |        |     | 餐 點 類 別 檢 核 |           |       |       |     |
|---|----------|----------|--------|--------|-------|--------|-----|-------------|-----------|-------|-------|-----|
| 日期  | 早 點      | 午 餐      |        |        |       |        | 午 點 | 全 穀 根 莖 類   | 豆 魚 肉 蛋 類 | 蔬 菜 類 | 水 果 類 |     |
|   |          | 主 食      | 主 菜    | 副 菜 一  | 副 菜 二 | 湯      |     |             |           |       |       | 水 果 |
| 9月30日   | 三明治、鮮奶   | 地瓜飯      | 玉米碎肉末  | 滷味什錦   | 有機蔬菜  | 蔬菜雞絲湯  | 水果  | 蔥油餅、豆漿      | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月1日   | 蛋餅、米漿    | 糙米飯      | 香菇滑雞   | 蛤蜊蒸蛋   | 有機蔬菜  | 豆腐味噌湯  |     | 擔仔麵         | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月2日   | 雞蓉玉米粥    | 水餃       |        |        | 有機蔬菜  | 酸辣湯    |     | 豆花          | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月3日   | 茄汁鯖魚米粉   | 地瓜飯      | 洋蔥豬柳   | 蝦仁炒蛋   | 有機蔬菜  | 海帶結玉米湯 |     | 蔬果濃湯        | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月4日   | 生日蛋糕     | 白米飯      | 清蒸魚    | 豆腐鬆    | 有機蔬菜  | 金針雞湯   |     | 布丁          | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 週 休 二 日   |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |
| 10月7日   | 雲吞湯      | 白米飯      | 百頁燒肉   | 香菇蒸蛋   | 有機蔬菜  | 時蔬馬鈴薯湯 | 水果  | 奶皇包、豆漿      | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月8日   | 時蔬銀魚粥    | 白米飯      | 梅干扣肉   | 甜豆炒肉片  | 有機蔬菜  | 鮮魚味噌湯  |     | 蘇打餅乾、※養樂多   | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月9日   | 清粥、肉鬆    | 義大利肉醬麵   |        |        | 有機蔬菜  | 苦瓜排骨湯  |     | 蒸甜玉米        | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月10日  | 蛤蜊麵線     | 糙米飯      | 咖哩雞    | 四季豆炒肉粒 | 有機蔬菜  | 玉米濃湯   |     | 果醬吐司、豆漿     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月11日  | 關東煮      | 白米飯      | 醬肉豆香   | 海帶三絲   | 有機蔬菜  | 山藥大骨湯  |     | 香菇肉包、鮮奶     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 週 休 二 日   |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |
| 10月14日  | 鮮奶饅頭、米漿  | 白米飯      | 瓜仔肉    | 洋蔥炒蛋   | 有機蔬菜  | 雙蘿排骨湯  | 水果  | 蘿蔔糕         | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月15日  | 小籠包、豆漿   | 糙米飯      | 滷雞腿    | 豆干小魚   | 有機蔬菜  | 紫菜蛋花湯  |     | 茶葉蛋、冬瓜露     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月16日  | 鹹粥       | 炒板條      |        |        | 有機蔬菜  | 排骨湯    |     | 飯糰          | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月17日  | 三明治、米漿   | 地瓜飯      | 橙汁雞片   | 紅蘿蔔炒蛋  | 有機蔬菜  | 河蜆湯    |     | 蔬菜煎餅、麥汁     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月18日  | 牛角麵包、柳橙汁 | 白米飯      | 香煎鮭魚   | 玉米雞丁   | 有機蔬菜  | 蔬菜湯    |     | 三角蛋糕、鮮奶     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 週 休 二 日   |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |
| 10月21日  | 肉羹麵      | 白米飯      | 粉蒸排骨   | 金菇白菜   | 有機蔬菜  | 香菇雞湯   | 水果  | ※愛玉         | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月22日  | 米苔目湯     | 糙米飯      | 咖哩雞    | 客家小炒   | 有機蔬菜  | 豆腐味噌湯  |     | 車輪餅、豆漿      | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月23日  | 海鮮粥      | 什錦炒米粉    |        |        | 有機蔬菜  | 芹菜魚丸湯  |     | ※仙草湯        | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月24日  | 水煎包      | 地瓜飯      | 鵪鶉蛋滷肉燥 | 芥菜乾絲   | 有機蔬菜  | 四神湯    |     | 香菇肉包、米漿     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月25日  | 蛋汁雞絲麵    | 白米飯      | 豆酥鯛魚   | 番茄燴豆腐  | 有機蔬菜  | 蛤蜊冬瓜湯  |     | 玉米脆片、鮮奶     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 週 休 二 日   |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |
| 10月28日  | 蔬菜肉絲細粉湯  | 白米飯      | 紅燒雞丁   | 玉米拌鮪魚  | 有機蔬菜  | 番茄菠菜湯  | 水果  | 菠蘿麵包、鮮奶     | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月29日  | 青菜湯餃     | 糙米飯      | 蔥油雞    | 蒜苗燒豆腐  | 有機蔬菜  | 海帶翠芽湯  |     | 沙其馬、豆漿      | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月30日  | 黑糖饅頭、米漿  | 茄汁肉絲鳳梨炒飯 |        |        | 有機蔬菜  | 貢丸湯    |     | 粉圓湯         | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 10月31日  | 海鮮烏龍麵    | 地瓜飯      | 京都排骨   | 蔥花蛋    | 有機蔬菜  | 蘿蔔大骨湯  |     | ※綠豆湯        | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 11月1日   | 銀絲卷、米漿   | 白米飯      | 滷雞翅    | 椒乾絲    | 有機蔬菜  | 蛋花湯    |     | 碗粿          | ✓         | ✓     | ✓     | ✓   |
| 週 休 二 日   |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |
| 備註：1. 慶生以單月的第一週舉行，當日早點調整為慶生蛋糕，遇特殊狀況則適當調整。2. 每日中午供應新鮮水果。※冬季另行調整  |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |
| 3. 本菜單僅供參考，如有需要會做更換，敬請見諒。 4. 幼兒如有特殊的飲食習慣，如：不吃玉米、豆類…等，請告知班導師，謝謝！ |          |          |        |        |       |        |     |             |           |       |       |     |