

麻豆國小中央廚房113年10月菜單

日期*	星期	主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品	附餐	
2024/10/1	二	白飯	和風芒果雞	起司玉米蛋	有機蔬菜	榨菜肉絲湯		
2024/10/2	三	日式炒麵	炒豬肉片	日式炒麵料	蒜炒青花菜	味噌湯	牛奶	
2024/10/3	四	糙米飯	糖醋薯魚	蛤蜊絲瓜	有機蔬菜	菱角甘藍湯		
2024/10/4	五	白飯	蔥爆孜然豬	洋蔥玉米筍	炒鵝白菜	羅宋湯	水果	
2024/10/7	一	糙米飯	安東雞	四喜甜豆	豆皮青江菜	麻筍大骨湯	水果	
2024/10/8	二	地瓜飯	壽喜燒	綜合滷味	有機蔬菜	菇菇湯		
2024/10/9	三	芋頭鹹粥	麥克雞塊	紅燒豆包	木耳大白菜	芋頭鹹粥料	牛奶	
2024/10/10	四	國慶日						
2024/10/11	五	白飯	小黃瓜肉片	野蔬炒蛋	炒高麗菜	四神湯	水果	
2024/10/14	一	紫米飯	照燒雞	玉米炒肉末	金針炒豆芽	雪耳排骨湯	水果	
2024/10/15	二	糙米飯	家鄉排骨	麻婆豆腐	有機蔬菜	翡翠蛋花湯		
2024/10/16	三	鍋燒意麵	蒲燒鯛魚	芋頭包	炒大陸妹	鍋燒意麵料	牛奶	
2024/10/17	四	糙米飯	咖哩雞	韭菜豆芽	有機蔬菜	三鮮湯		
2024/10/18	五	白飯	菲式豬肉	菜脯蛋	蒜香地瓜葉	酸辣湯	水果	
2024/10/21	一	黎麥飯	三杯雞	豆酥四季豆	香菇炒莧菜	白菜貢丸湯	水果	
2024/10/22	二	糙米飯	蒜泥白肉	干絲海帶	有機蔬菜	玉米濃湯		
2024/10/23	三	南瓜粥	黑胡椒雞柳	螞蟻上樹	炒空心菜	南瓜粥料	牛奶	
2024/10/24	四	白飯	筍乾控肉	番茄炒蛋	有機蔬菜	紫菜蛋花湯		
2024/10/25	五	糙米飯	滷雞腿	蒜炒彩椒	蒜炒油菜	豬血湯	水果	
2024/10/28	一	白飯	親子丼	鴻喜大黃瓜	奶香高麗菜	扁食湯	水果	
2024/10/29	二	糙米飯	炸虱目魚排	滷海帶豆干	有機蔬菜	地瓜芋圓湯		
2024/10/30	三	肉骨茶麵	蔥燒肉包	魚香炒蛋	蒜炒芥藍菜	肉骨茶麵湯	牛奶	
2024/10/31	四	糙米飯	蜜汁雞柳	上湯腐竹	有機蔬菜	藥膳排骨湯		

一、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。

二、如遇特殊情形(颱風、退貨等)將調整菜單，當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準

東興國小附設幼兒園113年10月份餐點表

週別	星期	一	二	三	四	五
第六週	日期		10/1	10/2	10/3	10/4
	上午		土司夾蛋鮮奶	碗粿味噌湯	炒烏龍麵	漢堡
	食材:		雞蛋, 土司, 鮮奶	肉燥, 鴨蛋黃, 在來米, 豆腐, 裙帶菜, 味噌	木耳, 肉絲, 高麗菜, 烏龍麵, 紅蘿蔔	漢堡肉, 漢堡包, 黃豆
第七週	下午		瓦娜蛋糕西瓜	小肉包蘋果	茶葉蛋/鮮奶文旦	滷味(冬粉烏蛋)蘋果
	食材		奶油, 麵粉	豬絞肉, 麵粉	雞蛋, 滷包, 茶包鮮奶	冬粉, 烏蛋, 滷包
	日期	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
第八週	上午	蔬菜鮮肉粥	草莓吐司鮮奶	蛋餅	雙十國慶放假	擔仔麵
	食材	高麗菜, 胡蘿蔔, 肉絲, 木耳, 白米	草莓果醬, 吐司	雞蛋, 冷凍蛋餅皮		豆芽菜, 肉絲, 肉燥, 油麵條
	下午	饅頭夾蛋文旦	水果拼盤	脆皮芝麻烤饅頭+香蕉		小餐包+鮮奶蘋果
第九週	食材	雞蛋, 麵粉	水果	黑芝麻, 麵粉		奶油, 麵粉, 鮮奶
	日期	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18
	上午	鍋燒意麵	芝麻包鮮奶	蔥抓餅	清粥小菜	麵疙瘩
第十週	食材	高麗菜, 意麵, 肉絲, 雞蛋, 胡蘿蔔, 魚丸	芝麻, 麵粉, 鮮奶	麵粉, 蔥	白米, 肉鬆, 蛋, 豆凍	木耳, 肉絲, 高麗菜, 麵疙瘩, 紅蘿蔔
	下午	珍珠仙草湯西瓜	天然雙色麵包蘋果	芋頭吐司火龍果	古早味蛋糕鮮奶/蘋果	玉米排骨湯文旦
	食材	粉圓, 仙草凍	芝麻, 麵粉	芋頭, 麵粉	麵粉	玉米, 排骨
第九週	日期	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25
	上午	玉米鮮肉粥	藍莓厚片鮮奶	蘿蔔糕豆漿	黑糖饅頭	紅燒豬肉麵
	食材	玉米粒, 肉絲, 胡蘿蔔, 高麗菜, 白米	藍莓果醬, 土司, 鮮奶	白蘿蔔, 在來米, 肉燥, 蝦米, 黃豆	黑糖, 麵粉	紅蘿蔔, 白蘿蔔, 油麵, 豬肉
第十週	下午	紅豆車輪餅文旦	滷蛋蘋果	菜包西瓜	鮮奶+燕麥片蘋果	水果拼盤
	食材	紅豆, 麵粉	雞蛋, 滷包	高麗菜, 紅蘿蔔, 麵粉	燕麥, 鮮奶	水果
	日期	10/28	10/29	10/30	10/31	
第十週	上午	炒麵	葡萄吐司鮮奶	地瓜抓餅	皮蛋瘦肉粥	
	食材	木耳, 肉絲, 高麗菜, 油麵, 紅蘿蔔	葡萄乾, 鮮奶	地瓜, 麵粉	皮蛋, 瘦肉, 白米	
	下午	微波麵包文旦	珍珠豆花蘋果	金針蘿蔔排骨湯/香蕉	鬆餅+鮮奶文旦/火龍果	
第十週	食材	麵粉, 雞蛋, 奶油	珍珠, 黃豆, 蔥	金針菇, 胡蘿蔔, 白蘿蔔, 豬小排	果醬, 麵粉, 鮮奶	

★餐點表會依實際狀況略有更動

★所有肉品

來源一律使用國產