

龍潭國小附幼--112年10月份餐點表

週次	日期	早點心	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果鮮奶	下午點心
6	10/2 一	芝麻包、光泉鮮奶	環保蔬食日 小米飯	韓式豆腐	海芽炒蛋	彩絲銀芽	白菜冬粉湯	水果	青菜餛飩湯
	10/3 二	小米鮮肉粥	糙米飯	三杯雞	鮮炒扁蒲	有機好佳白菜	黑糖粉粿湯		水餃、水果
	10/4 三	鹹米苔目	美味水餃 + 燙青菜 + 玉米濃湯					慶生紅蛋	鮮奶紅豆湯
	10/5 四	清粥小菜	五穀飯	筍干豬腳	奶醬白菜	有機美松菜	青木瓜雞湯	水果	海鮮豆腐羹
	10/6 五	蔥油餅、鮮奶	糙米飯	南瓜燒雞	麻婆豆腐	有機黑葉白菜	紫菜貢片湯		綜合水果
7	10/9 一		國慶假期						
	10/10 二		國慶假期						
	10/11 三	洋蔥雞烏龍麵	港式風味飯 + 繽紛花椰菜 + 花生豆花甜湯					鮮奶	雞茸玉米濃湯
	10/12 四	蔬菜餅、光泉豆奶	紅藜飯	南洋咖哩魚	蜜汁豆干	有機青松菜	大白菜雞湯	水果	燒賣珍珠丸子、鮮奶
	10/13 五	海鮮粥	糙米飯	鐵板雞柳	田園四寶	有機純秀白菜	紫菜蛋花湯		小羊角、水果、鮮奶
8	10/16 一	糙米雞柳粥	環保蔬食日 麥仁飯	蔥爆干片	蠔油悶筍	產銷履歷蔬菜	蓮藕排骨湯	水果	玉米蘿蔔排骨湯
	10/17 二	海鮮麵	糙米飯	沙茶豬柳	蝦仁豆腐	有機味美菜	八寶甜湯		綠豆薏仁湯、水果
	10/18 三	銀絲捲、光泉鮮奶	紅麵線 + 鹽水雞 + 馬來糕						滷雞腿、清燙綠花椰
	10/19 四	紅麵線	糙米飯	蘑菇雞丁	干絲海帶	有機山菠菜	紫菜金菇湯	水果	蔬菜肉片湯
	10/20 五	玉米蔬菜鮮肉粥	紅藜飯	滷雞腿	客家小炒	有機優愛菜	牛蒡紅棗湯		慶生大蛋糕、豆漿
9	10/23 一	銀魚粥	環保蔬食日 紫米飯	堅果毛豆玉米	番茄炒蛋	產銷履歷蔬菜	綠豆地瓜圓湯	水果	鮮奶脆片、水果
	10/24 二	什錦炒麵	糙米飯	壽喜燒肉片	清炒大瓜	有機黑葉白菜	香菇雞湯		味噌豆腐湯
	10/25 三	香菇雞肉粥	擔仔麵 + 香酥魚排 + 沙茶白菜						薏仁蓮子銀耳湯、水果
	10/26 四	醬燒小肉包、鮮奶	五穀飯	親子丼	關東煮	有機荷葉白菜	田園蔬菜湯	水果	海鮮肉羹湯
	10/27 五	擔仔麵	糙米飯	蒜泥白肉	泡菜年糕	有機美松菜	芋頭米粉湯		義式燻雞、鮮奶
10	10/30 一	竹筍包	環保蔬食日 小米飯	腰果黑豆干	黃金起司蛋	產銷履歷蔬菜	蔬菜味噌湯	水果	紅豆小湯圓、水果
	10/31 二	蛤蜊雞絲麵	糙米飯	香酥肉片	蔬菜咖哩	有機鳳京白菜	麥仁粉圓湯		玉米山藥排骨湯