基隆若石幼兒園 109年10月份

餐 點 單

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上 午 點 心 | 營 養 午 餐 | 下 午 點 心 |
| ~10/1~10/4中秋節連假~ |
| 10/5 | 一 | 雞絲蛋麵 | 咖哩雞肉飯、海帶芽排骨湯、水果 | 菇菇玉米粥 |
| 10/6 | 二 | 蔬菜雞蓉粥 | 蒜香肉片、扁蒲燴蛋、時令青菜、酸辣湯、水果 | 味噌拉麵 |
| 10/7 | 三 | 銀絲卷、麥茶 | 洋蔥豬柳、絲瓜冬粉、時令青菜、蕃茄豆腐湯、水果 | 綠豆薏仁湯 |
| 10/8 | 四 | 大滷麵 | 蘿蔔燉肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、菇菇筍片湯、水果 | 台式鹹粥 |
| ~10/9~10/10國慶日連假~ |
| 10/12 | 一 | 鮮蔬肉末細粉 | 瓜仔肉、螞蟻上樹、時令青菜、黃瓜排骨湯、水果 | 葡萄乾小米粥 |
| 10/13 | 二 | 什錦湯麵 | 義大利肉醬麵、玉米濃湯、水果 | 滑蛋蔬菜粥 |
| 10/14 | 三 | 香菇肉末粥 | 蜜汁雞丁、麻婆豆腐、時令青菜、玉米排骨湯、水果 | 鮮蔬湯餃 |
| 10/15 | 四 | 小餐包、豆漿 | 木須肉絲炒麵、青菜豆腐湯、水果 | 鮮蔬肉末粥 |
| 10/16 | 五 | 酸辣麵 | 柳葉魚、絲瓜冬粉、時令青菜、番茄蛋花湯、水果 | 營養地瓜粥 |
| 10/19 | 一 | 廣東粥 | 馬鈴薯燉肉、玉米炒毛豆、時令青菜、薑絲冬瓜湯、水果 | 香菇雞湯麵 |
| 10/20 | 二 | 麵線羹 | 醬爆雞柳、開陽白菜、時令青菜、芹香丸子湯、水果 | 山藥饅頭、牛奶 |
| 10/21 | 三 | 玉米雞蓉粥 | 打拋豬肉、滷油豆腐、時令青菜、海帶芽味噌湯、水果 | 紅豆西米露 |
| 10/22 | 四 | 大滷麵 | 豬排蛋堡、玉米濃湯、水果 | 高麗菜銀魚粥 |
| 10/23 | 五 | 田園蔬菜粥 | 紅蘿蔔玉米炒蛋、吻魚莧菜豆腐羹、時令青菜、三絲湯、水果 | 台式鹹粿湯 |
| 10/26 | 一 | 香菇雞湯麵 | 紅燒豬肉、咖哩洋芋、時令青菜、香菇雞湯、水果 | 玉米濃湯粥 |
| 10/27 | 二 | 翡翠肉末粥 | 醬滷棒棒腿、麻婆豆腐、時令青菜、蕃茄海帶芽湯、水果 | 肉燥米粉湯 |
| 10/28 | 三 | 茶葉蛋、麥茶 | 精燉肉燥、鮮菇三絲、時令青菜、紫菜魚丸湯、水果 | 蔬菜糙米粥 |
| 10/29 | 四 | 菠菜小魚粥 | 三色雞丁、香芹炒豆皮、時令青菜、黃瓜排骨湯、水果 | 山藥饅頭、麥茶 |
| 10/30 | 五 | 鮮蔬湯麵 | 壽司DIY、味噌豆腐湯、水果 | 玉米菇菇粥 |
|  |