

# 臺北市私立文山仁和幼兒園

## 民國 108 年 10 月份兒童餐點表



日期	上午點心	午餐	下午點心	全穀 根莖類	豆魚肉蛋	蔬菜類	水果
10/1(二)	水果	蔬菜炊飯、玉米絞肉、紅絲炒蛋、餛飩湯	茄汁通心麵	√	√	√	√
10/2(三)	水果	茄汁豬排、涼拌粉絲、蘿蔔炒花椰、蛤蜊雞湯	廣東粥	√	√	√	√
10/3(四)	水果	紅燒杏鮑菇、洋蔥炒肉、炒時蔬、海帶排骨湯	薏仁肉絲湯	√	√	√	√
10/4(五)	水果	什錦佛跳牆燴飯、小鵝蛋、金針肉絲湯	紅豆地瓜湯	√	√	√	√
10/5(六)	水果	肉羹湯泡飯、魚酥	韭菜粿仔條湯	√	√	√	√
10/7(一)	水果	義大利起司肉醬麵、蘑菇玉米濃湯	髮菜豆腐羹	√	√	√	√
10/8(二)	水果	校外教學 (寶貝班~瓠瓜肉絲鹹粥)	仙草蜜	√	√	√	√
10/9(三)	水果	肉燥飯、滷蛋、炒時蔬、蘿蔔全雞湯	香菇雞絲麵	√	√	√	√
10/10(四)		雙十國慶放假一天					
10/11(五)		雙十國慶彈性調整放假一天					
10/14(一)	水果	什錦烏龍炒麵、山藥排骨湯	蔬菜魷仔魚粥	√	√	√	√
10/15(二)	水果	奶香菇雞、紅燒豆腐、炒時蔬、黃瓜魚丸湯	肉燥貢丸米粉湯	√	√	√	√
10/16(三)	水果	壽喜燒肉、原味蒸蛋、蔬菜總匯、香菇枸杞雞湯	三絲冬粉	√	√	√	√
10/17(四)	水果	醬燒獅子頭、小鵝蛋、炒時蔬、冬瓜排骨酥湯	肉羹麵線	√	√	√	√
10/18(五)	水果	洋蔥炒肉絲、小魚豆干、番茄炒蛋、玉米粒排骨湯	芋頭紫米湯	√	√	√	√
10/21(一)	水果	什錦炒米粉、燙青菜、菇菇魚丸肉絲湯	洋蔥巧達湯	√	√	√	√
10/22(二)	水果	番茄打拋肉、黃瓜魚羹、紅絲炒蛋、海帶芽排骨湯	皮蛋瘦肉粥	√	√	√	√
10/23(三)	水果	洋蔥豬柳、魷仔魚蒸蛋、炒時蔬、山藥雞湯	絲瓜肉絲麵線	√	√	√	√
10/24(四)	水果	香煎小魚花生、豆皮白菜粉絲、炒蛋、黃瓜排骨湯	雞蓉菇菇粥	√	√	√	√
10/25(五)	水果	滷棒棒腿、番茄炒蛋、紅絲高麗、紅棗枸杞雞湯	蘑菇玉米濃湯	√	√	√	√
10/28(一)	水果	酢醬拌麵、涼拌小黃瓜、味噌豆腐貢丸湯	一品海鮮粥	√	√	√	√
10/29(二)	水果	馬鈴薯燒肉、紅絲高麗、家常豆腐、蓮藕排骨湯	什錦烏龍麵	√	√	√	√
10/30(三)	水果	雙色蘿蔔燉肉、魚板蒸蛋、番茄炒青江、金針肉絲湯	蔬菜鮮魚麵	√	√	√	√
10/31(四)	水果	火腿蛋炒飯、肉鬆、玉米濃湯	綠豆芋圓湯	√	√	√	√

\*每周三的米飯為五穀雜糧飯，其他時間為白米加糙米，園內提供的餐點內容會隨幼兒喜好及因應時令蔬果而隨機調整。

\*園內提供的食材均為木新市場當日配送，雜糧乾貨油品等貨源為鑫隆雜糧行，食用油為台灣糖業股份有限公司生產台糖大豆沙拉油。

