

10月份 潭子幼兒園 餐點菜單

日期	週一 10月3日	週二 10月4日	週三 10月5日	週四 10月6日	週五 10月7日	
早點	奶酥麵包 鮮奶	海鮮麵	DIY飯糰 鮮奶	山藥肉絲米粉湯	麵線糊	
午餐	主食	芝麻飯	海苔飯	糙米飯	十穀飯	
	主菜	白切隔間肉	糖醋魚片	香酥雞腿	洋蔥豬柳	
	副菜	鮮蔬咖哩	金針炒絲瓜	肉末炒干丁	鹹蛋杏鮑菇	
	青菜	有機鮫葉白菜	肉絲筍白筍	炒白花菜	有機空心菜	
	湯品	當歸排骨湯	蘿蔔玉米穗湯	味噌湯	青木瓜籤骨湯	
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
午點	絲瓜米苔目	蘿蔔糕 豆漿	紅豆薏仁湯	麻油雞麵線	慶生蛋糕+壽星大蘋果 養樂多	
日期	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日	10月14日	
早點		淡水阿給湯	刈包+蛋 鮮奶	杯子蛋糕 優酪乳	馬鈴薯濃湯	
午餐	國慶日	主食	燕麥飯	芋頭飯	麥片飯	紫米飯
		主菜	蔥燒魚片	醬爆雞丁	壽喜燒肉	紅燒嫩肉
		副菜	番茄炒蛋	鐵板豆腐	大瓜燴鵪蛋	豆鼓青椒
		青菜	有機空心菜	炒青江菜	有機小松葉	炒鶴白菜
		湯品	四神排骨湯	味噌豆腐魚湯	香菇雞湯	肉骨茶湯
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
午點		克林姆麵包 豆漿	什錦麵疙瘩	蕃茄菇菇湯麵	花生粉圓湯	
日期	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日	10月21日	
早點	鍋燒意麵	香蒜厚片 鮮奶	古早味鹹粥	小肉粽 紫菜蛋花湯	玉米雞茸粥	
午餐	主食	地瓜飯	薏仁飯	五穀飯	紫米飯	
	主菜	綜合滷味	沙茶魚片	五香雞排	粉蒸里肌	
	副菜	蔥花蛋	鮮菇總匯	麻婆豆腐	醬燒雙菇	
	青菜	有機小松葉	炒大白菜	蒜炒A菜	有機青松葉	
	湯品	藥膳排骨湯	芹香貢丸湯	冬瓜蛤蠣湯	蘿蔔大骨湯	
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
午點	椰香西米露	蛋花雞絲麵	銀絲卷 鮮奶	茶葉蛋 麥茶	鮮奶布丁	
日期	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日	10月28日	
早點	味噌湯麵	叻仔魚粥	鮪魚蛋炒飯	燒賣 蘿蔔排骨湯	雙色土司 鮮奶	
午餐	主食	南瓜飯	燕麥飯	糙米飯	地瓜飯	
	主菜	三杯雞	椒鹽魚丁	蔥油雞	筍絲扣肉	
	副菜	三色蛋	客家小炒	雙色花椰	秋葵炒肉絲	
	青菜	有機青松葉	炒青江菜	炒高麗菜	有機鮫葉白菜	
	湯品	金針花排骨湯	枸杞山藥雞湯	海芽蛋花湯	黃瓜魚丸湯	
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果	
午點	鮮肉包 鮮奶	綠豆地瓜湯	菠蘿麵包 豆漿	水煮玉米 冬瓜茶	白菜雲吞湯	
日期	10月31日					
早點	黑糖饅頭 鮮奶					
午餐	主食	紫米飯				
	主菜	蒜香回鍋肉				
	副菜	開陽蒲瓜				
	青菜	有機鮫葉白菜				
	湯品	紅棗雞湯				
	當季水果					
午點	水餃 玉米濃湯					