桃園市私立休仕頓幼兒園 114 學年度第 一 學期 10月份餐點表

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午 餐 | | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 三 | 肉絲米苔目 | 什錦肉絲蛋炒飯 | 洋蔥蛋花湯 水果 | 蔥花肉絲麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 2 | 四 | 皮蛋瘦肉粥 | 白飯 蘿蔔燜肉  甜不辣 時令青菜 | 淡水魚丸湯 水果 | 地瓜QQ | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 3 | 五 | 鮮肉冬粉 | 白飯 洋蔥肉絲  豆棗麵筋 時令青菜 | 玉米蛋花湯 水果 | 番茄湯麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 6 | 一 |  | 中秋節放假 |  |  |  |  |  |  |
| 7 | 二 | 小米粥  肉鬆 | 什錦雞肉燴飯 | 魚乾味噌湯 水果 | 肉絲米粉 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 8 | 三 | 肉絲粄條 | 白飯 紅燒爌肉  麻婆豆腐 時令青菜 | 榨菜肉絲湯 水果 | 八寶麥片粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 9 | 四 | 皮蛋瘦肉粥 | 白飯 三色雞丁  菜圃蛋 時令青菜 | 什錦菇菇湯 水果 | 肉絲米苔目 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 10 | 五 |  | 國慶日放假 |  |  |  |  |  |  |
| 13 | 一 | 肉絲冬粉 | 白飯 洋蔥肉絲  蔬菜條 時令青菜 | 紫菜蛋花湯 水果 | 茄汁鯖魚麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 14 | 二 | 絲瓜麵線 | 白飯 香菇肉燥  蔥花蛋 時令青菜 | 味噌海芽湯 水果 | 紅豆紫米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 15 | 三 | 什錦蔬菜粥 | 什錦肉絲炒麵 | 蘿蔔貢丸湯 水果 | 綠豆薏仁 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 16 | 四 | 肉羹麵線 | 地瓜飯 海苔肉鬆  肉末蒸蛋 時令青菜 | 洋蔥蛋花湯 水果 | 鮮菇肉絲麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 17 | 五 | 小魚乾稀飯 | 什錦肉絲蛋炒飯 | 淡水魚丸湯 水果 | 紅棗銀耳 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 20 | 一 | 鮮肉冬粉 | 白飯 紅燒獅子頭  滷麵輪 時令青菜 | 青菜豆腐湯 水果 | 台南意麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 21 | 二 | 雞蛋玉米粥 | 白飯 香菇肉燥  滷蛋 時令青菜 | 薑絲蜆湯 水果 | 關東煮 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 22 | 三 | 吻仔魚稀飯 | 蕃茄肉醬麵 | 味噌豆腐湯 水果 | 仙草米苔目 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 23 | 四 | 鮮菇肉絲麵 | 白飯 紅燒豬肉 油豆腐 時令青菜 | 什錦蔬菜湯 水果 | 麵疙瘩 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 24 | 五 |  | 光復節放假 |  |  |  |  |  |  |
| 27 | 一 | 皮蛋瘦肉粥 | 白飯 洋蔥雞丁  蔥花蛋 時令青菜 | 酸菜肉絲湯 水果 | 肉絲米粉 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 28 | 二 | 肉絲麵線 | 白飯 魚香乾丁 肉末麵筋 時令青菜 | 番茄蛋花湯 水果 | 綠豆麥片粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 29 | 三 | 肉絲粄條 | 南瓜飯 香酥雞卷 蘑菇豆芽 時令青菜 | 玉米濃湯 水果 | 數字餅乾、  決明子飲品 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 30 | 四 | 鮮菇玉米粥 | 什錦雞肉燴飯 | 青菜豆腐湯 水果 | 榨菜肉絲麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 31 | 五 | 小魚乾稀飯 | 白飯 紅燒獅子頭  玉米炒蛋 時令青菜 | 味噌海芽湯 水果 | 肉羹麵線 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |

1. **每日餐點均含全榖根莖類、豆魚蛋肉類、蔬菜類、水果類等四大類食物。**
2. **本園使用國產豬肉 3.餐點表內容以時令季節盛產食材為主，但必要時會有適時變動。**

**承辦人： 園主任： 校/園長：**