新北市私立碧華幼兒園　2020.10 月份餐點表



週次	日 期	早餐		午　　餐					水果	下午點心	1. 全穀根莖類 2. 豆奶魚蛋類 3. 蔬菜類 4. 水果類
		主餐	飲品	主食	主餐	配餐	青菜	湯品			
第一週	10/5 星期一	香菇肉粥		地瓜飯	五香肉燥	紅蘿蔔蛋	時令鮮蔬	玉米排骨湯	時令鮮果	滑蛋雞絲麵	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/6 星期二	玉米脆片	牛奶	燕麥飯	蔥爆肉絲	蔥花炒蛋	時令鮮蔬	雙色蘿蔔湯	時令鮮果	海苔鬆餅+麥茶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/7 星期三	海綿蛋糕	豆漿	咖哩雞肉飯(雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔丁、玉米、豌豆)				味噌豆腐湯	時令鮮果	關東煮	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/8 星期四	地瓜粥+肉鬆		五穀飯	糖醋雞丁	銀芽雙絲	時令鮮蔬	香菇雞湯	時令鮮果	果醬土司+牛奶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/9 星期五	**雙十節連假**									
第二週	10/12 星期一	肉羹麵線		白飯	瓜仔肉	糖醋甜不辣	時令鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令鮮果	玉米脆片+牛奶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/13 星期二	什蔬雞蛋麵		燕麥飯	蔥爆肉絲	蔥花炒蛋	時令鮮蔬	香芹貢丸湯	時令鮮果	綠豆西米露	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/14 星期三	南瓜濃湯		什錦炒麵(油麵、絞肉、豆干、玉米、紅蘿蔔絲、豌豆、雞蛋)				竹筍排骨湯	時令鮮果	米粉湯	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/15 星期四	田園蔬菜粥		五穀飯	吻仔魚	蒸蛋	時令鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令鮮果	奶皇包+米漿	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/16 星期五	地瓜饅頭	豆漿	海苔飯	蔥爆雞丁	芹香豆干	時令鮮蔬	海帶絲湯	時令鮮果	鍋燒烏龍麵	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
第三週	10/19 星期一	大骨冬粉湯		白飯	八寶肉丁	炒洋芋	時令鮮蔬	雙色蘿蔔湯	時令鮮果	洋芋餅乾+冬瓜茶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/20 星期二	芋頭米粉		地瓜飯	肉末咖哩	洋蔥炒蛋	時令鮮蔬	蕃茄蛋花湯	時令鮮果	紅豆湯圓	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/21 星期三	玉米脆片	牛奶	五穀飯	吻仔魚	蒸蛋	時令鮮蔬	味噌豆腐湯	時令鮮果	香菇雞肉粥	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/22 星期四	地瓜粥+肉鬆		海苔飯	醬爆雞丁	紅燒豆腐	時令鮮蔬	香菇雞湯	時令鮮果	果醬土司+牛奶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/23 星期五	玉兔包	米漿	水餃(絞肉、高麗菜)				玉米濃湯	時令鮮果	關東煮	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
第四週	10/26 星期一	玉米脆片	牛奶	五穀飯	五香肉燥	滷豆腐	時令鮮蔬	香芹貢丸湯	時令鮮果	芹香芋頭粥	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/27 星期二	滑蛋雞絲麵		白飯	瓜仔肉	玉米蛋	時令鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令鮮果	奇福餅乾+麥茶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/28 星期三	海綿蛋糕	豆漿	蕃茄肉醬義大利麵(蕃茄、絞肉、洋蔥、花椰菜、豌豆、洋菇)				南瓜濃湯	時令鮮果	客家板條	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/29 星期四	高麗菜粥		海苔飯	吻仔魚	蒸蛋	時令鮮蔬	蘿蔔排骨湯	時令鮮果	雞蛋捲麵包+牛奶	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)
	10/30 星期五	芋頭饅頭	米漿	燕麥飯	糖醋雞丁	燴豆腐	時令鮮蔬	香菇雞湯	時令鮮果	油豆腐細粉	1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓)

◎【餐點會因季節食材做異動改變，不另行公告通知，敬請見諒。】

◎【若遇幼兒當天有腸胃不適，請家長告知園方，我們將另外準備清淡的粥品、以便幼兒飲食。】