

# 新北市私立碧華幼兒園　2022.10 月份餐點表(本園全面使用國產豬肉)

| 週次 | 日 期 | 早餐 | | 午餐 | | | | | 水果 | 下午點心 | 1.全穀根莖類<br>2.豆奶魚蛋類<br>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 | 10/3 星期一 | 滑蛋雞絲麵 | | 地瓜飯 | 五香肉燥 | 玉米蛋 | 時令鮮蔬 | 玉米排骨湯 | 時令鮮果 | 奇福餅乾+麥茶 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/4 星期二 | 奶油餐包+豆漿 | | DIY 飯糰(肉鬆、海苔、玉米蛋、蘿蔔乾) | | | | 雙色蘿蔔湯 | 時令鮮果 | 什錦關廟麵 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/5 星期三 | 大骨冬粉湯 | | 海苔飯 | 蔥爆肉絲 | 可樂餅 | 時令鮮蔬 | 玉米濃湯 | 時令鮮果 | 鮮肉包+紫菜湯 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/6 星期四 | 糙米排骨粥 | | 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.(✓) |
| | 10/7 星期五 | 黑糖饅頭+豆漿 | | 燕麥飯 | 吻仔魚 | 蒸蛋 | 時令鮮蔬 | 紫菜蛋花湯 | 時令鮮蔬 | 鍋燒烏龍麵 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| 第二週 | 10/10 星期一 | 雙十節放假 | | | | | | | | | |
| | 10/11 星期二 | 什蔬雞蛋麵 | | 燕麥飯 | 洋蔥豬柳 | 洋蔥炒蛋 | 時令鮮蔬 | 蕃茄蛋花湯 | 時令鮮果 | 海苔鬆餅+冬瓜茶 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/12 星期三 | 杯子蛋糕+牛奶 | | 咖哩雞肉飯(雞肉、洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔、玉米、豌豆、地瓜) | | | | 味噌豆腐湯 | 時令鮮果 | 關東煮 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/13 星期四 | 地瓜粥+肉鬆 | | 五穀飯 | 瓜仔肉 | 脆皮豆腐 | 時令鮮蔬 | 香芹貢丸湯 | 時令鮮果 | 地瓜饅頭+豆漿 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/14 星期五 | 牛奶饅頭+豆漿 | | 海苔飯 | 蔥爆雞丁 | 糖醋腐皮 | 時令鮮蔬 | 海帶絲湯 | 時令鮮果 | 客家米苔目 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| 第三週 | 10/17 星期一 | 肉羹麵線 | | 糙米飯 | 八寶肉丁 | 五香豆干 | 時令鮮蔬 | 雙色蘿蔔湯 | 時令鮮果 | 洋芋餅乾+麥茶 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/18 星期二 | 芋頭米粉 | | 地瓜飯 | 香菇肉燥 | 三色玉米 | 時令鮮蔬 | 大黃瓜湯 | 時令鮮果 | 綠豆西谷米 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/19 星期三 | 雞蓉玉米粥 | | 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 | 鮮肉包+紫菜湯 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/20 星期四 | 奶酥麵包+豆漿 | | 海苔飯 | 黃瓜雞絲 | 螞蟻上樹 | 時令鮮蔬 | 香菇雞湯 | 時令鮮果 | 果醬土司+牛奶 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/21 星期五 | 什錦關廟麵 | | 五穀飯 | 吻仔魚 | 蒸蛋 | 時令鮮蔬 | 玉米排骨湯 | 時令鮮果 | 玉兔包+奶茶 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| 第四週 | 10/24 星期一 | 魚丸冬粉 | | 地瓜飯 | 五香肉燥 | 炸洋芋 | 時令鮮蔬 | 冬瓜排骨湯 | 時令鮮果 | 沙其瑪+冬瓜茶 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/25 星期二 | 玉米濃湯 | | 海苔飯 | 滷肉 | 玉米蛋 | 時令鮮蔬 | 紫菜蛋花湯 | 時令鮮果 | 八寶粥 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/26 星期三 | 海棉蛋糕+牛奶 | | 什錦炒麵(油麵、絞肉、豆干、玉米、紅蘿蔔絲、豌豆、雞蛋) | | | | 香芹貢丸湯 | 時令鮮果 | 關東煮 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/27 星期四 | 地瓜粥+肉鬆 | | 燕麥飯 | 肉末咖哩 | 銀芽雙絲 | 時令鮮蔬 | 味噌豆腐湯 | 時令鮮果 | 黑糖饅頭+豆漿 | 1(✓)2.(✓)3.(✓)4.(✓) |
| | 10/28 星期五 | 芋頭饅頭+奶茶 | | 五穀飯 | 醬爆雞丁 | 小魚豆干 | 時令鮮蔬 | 香菇雞湯 | 時令鮮果 | 什錦板條 | 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。】

111.09.30