

**臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 110 年度第一學期  
10 月份餐點表**

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W6	4 一	芭樂+低糖豆漿	米飯、蒸蒲燒魚腹排、柴魚蒸蛋、炒高麗菜、紫菜金針菇湯	餛飩湯麵
5	二	柚子	米飯、蘿蔔燉排骨、玉米豆干、炒油菜、玉米湯	雞蛋瘦肉粥
6	三	芋泥包+低糖豆漿	靖魚米粉湯、麥克雞塊、百香果	水餃
7	四	芭樂+燕麥堅果奶	米飯、杏鮑菇燒肉、大白菜粉絲、炒青江菜、榨菜銀芽湯	水煎包
8	五	鮮奶、玉米脆片	米飯、豆乳雞丁、鮪魚玉米粒、炒高麗菜、南瓜排骨湯	蘋果片+芝麻豆奶
W7	12 二	黑糖饅頭+鮮奶	白飯、九層塔雞肉、高麗菜炒冬粉、高麗菜、菜頭龍骨湯	香蕉+優酪乳
13	三	蘋果片	香菇魚羹飯、香煎蔥肉小餡餅、香蕉	蛋餅+低糖豆漿
14	四	芭樂+鮮奶	米飯、南瓜排骨丁、柴魚片蒸蛋、炒青江菜、大白菜豆腐湯	紅豆銅鑼燒+低糖豆漿
15	五	蘋果片	米飯、照燒麻香蜜汁雞、蒲瓜蝦米、炒空心菜、高麗菜味增湯	荷包蛋+鮮奶
W8	18 一	蔥油餅	白飯、鳳梨蒸鱸魚片、大黃瓜炒肉羹、炒青江菜、海帶芽蛋花湯	香蕉+鮮奶
19	二	蘋果片+低糖豆漿	米飯、茄香肉燥、金針菇炒蛋、炒高麗菜、關東煮湯	紅豆麵包+鮮奶
20	三	芭樂片	香滑蛋雞肉粥、香酥魷魚丸、香蕉	魚丸米粉湯
21	四	豆沙包+優酪乳	米飯、洋蔥鴻喜菇燒肉、芹香豆干片、炒油菜、冬瓜小魚湯	香蕉
22	五	蘋果片	米飯、糖醋雞丁、絲瓜麵線、炒空心菜、柴魚味增湯	鮮奶+玉米脆片
W9	25 一	芭樂+優酪乳	白飯、紅燒魚柳、大白菜炒蛋、炒油菜、鮮菇豆腐湯	玉米瘦肉粥
26	二	香蕉	白飯、鴻喜菇炒肉絲、雞蓉玉米、炒青江菜、菜頭排骨湯	白菜雲吞麵
27	三	柳丁	米飯、雞肉絲高麗菜湯麵、滷豆干杏包菇、蘋果	芋泥包+鮮奶
28	四	橘子	米飯、紅燒冬瓜排骨、蒲瓜炒蛋、炒空心菜、黃瓜魚丸湯	芝麻包+低糖豆漿
29	五	蘋果片+鮮奶	米飯、三杯雞、銀芽肉絲、炒油菜、蛋花湯	水煮蛋+米漿

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物

幼兒園教師：

**教師兼周建男**  
附設幼兒園主任

單位主管：

**教師兼周建男**  
附設幼兒園主任

校長：

**校長黃文信**