



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 107 學年度第 1 學期 10 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
10/01	一	蘿蔔糕+低糖麥茶	糙米飯、咖哩雞、韭菜銀芽、蝦仁小黃瓜、紫菜蛋花湯、水果	土司夾蛋+優酪乳
10/02	二	鍋貼+鮮奶	白米飯、花枝排、高麗菜炒豆菊、番茄豆腐、蘿蔔魚丸湯、水果	紅豆豆花
10/03	三	玉米瘦肉粥	海產粥、冷凍奶皇包、健健美優酪乳	水果
10/04	四	味噌湯包	胚芽飯、鮭魚炒飯、燙青江菜、鮮蔬雞丁、海帶芽豆腐湯、水果	香菇雞湯
10/05	五	雞絲麵	小米飯、蔥爆肉片、燙油菜、鮭魚炒蛋、高麗菜湯、水果	車輪餅+鮮奶
10/08	一	地瓜粥拌魚鬆	五穀飯、冬瓜肉燥、燙油菜、香蔥甜不辣、竹筍肉絲湯、水果	起司吐司+冬瓜茶
10/09	二	陽春麵	白米飯、炸旗魚丁、炒空心菜、車輪滷蘿蔔、南瓜濃湯、水果	虎皮蛋糕+優酪乳
10/10	三	國慶日放假		
10/11	四	蔬菜拉麵	糙米飯、味噌燒肉、蒜香大陸妹、扁蒲蝦米、大黃瓜魚丸湯、水果	綜合芋園湯
10/12	五	蛋抓餅+鮮奶	白米飯、客家小炒、蒜炒高麗菜、豆薯滑蛋、地瓜甜湯、水果	綠豆薏仁湯
10/15	一	壽司+鮮奶	小米飯、鮑菇雞柳、燙油菜、九層塔蛋、榨菜肉絲湯、水果	紅豆豆花
10/16	二	小肉包+豆漿	白米飯、蒸鹹魚塊、炒絲瓜、韭菜甜不辣、豆薯蛋花湯、水果	奶油餐包+鮮奶
10/17	三	廣東粥	鍋燒什錦麵、菠蘿麵包、鍋燒湯	水果
10/18	四	鍋燒意麵	紫米飯、黑胡椒肉絲、炒大陸妹、紅蘿蔔炒蛋、青菜豆腐湯、水果	草莓吐司+鮮奶
10/19	五	蔬菜蛋餅+綠豆汁	白米飯、滷雞翅、炒高麗菜、培根炒馬鈴薯、酸辣湯、水果	三色豆花
10/22	一	義大利麵+優酪乳	白米飯、豆鼓雞、雙色花椰菜、玉米炒蛋、大黃瓜魚丸湯、水果	波蘿麵包+可可
10/23	二	熱狗吐司捲+鮮奶	胚芽飯、三杯百頁、炒小白菜、枸杞絲瓜、紫菜蛋花湯、水果	小雞塊+冬瓜茶
10/24	三	湯餃	肉絲炒麵、卦包、關東煮	水果
10/25	四	吻仔魚粥	五穀飯、糖醋排骨、青江秀珍菇、芹香豆干、田園蔬菜湯、水果	雞蛋糕+鮮奶
10/26	五	碗粿+低糖麥茶	白米飯、蒜泥白肉、韭菜銀芽、番茄炒蛋、雙菇鮮味湯、水果	甜甜圈+鮮奶
10/29	一	鍋貼+米漿	芝麻飯、馬鈴薯燉肉、蒜香油菜、榨菜炒豆干、冬瓜薑絲湯、水果	餛飩湯
10/30	二	麵線糊	白米飯、炸丁香魚、炒綠豆芽、麻婆豆腐、西瓜綿魚柳湯、水果	燻雞堡+鮮奶
10/31	三	水果布丁蛋糕+養樂多	炒米粉、清炒絲瓜、香菇雞湯	水果

備註:

☆餐點若有變更，以當日實物為準！

☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供水果！



製表:

教保員蔡美鳳

園主任:

教師兼附設
幼兒園主任陳月霜

校長:

臺南市佳里區
仁愛國民小學校長楊宗穎