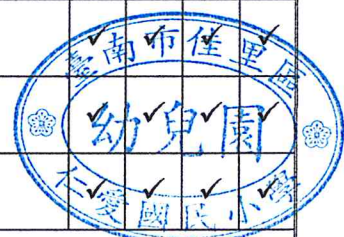




臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 108 學年度第 1 學期 10 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
10/1	二	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 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/2	三	香芋排骨粥	白米飯、花枝排、高麗菜炒豆皮、番茄豆腐、蘿蔔魚丸湯、水果	紅豆豆花	✓	✓	✓	✓
10/3	四	玉米瘦肉粥	海產粥、奶皇包、原味優酪乳、水果	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
10/4	五	味噌湯包	白米飯、香酥肉魚、燙青江菜、鮮蔬雞丁、海帶芽豆腐湯、水果	香菇雞湯	✓	✓	✓	✓
10/5	六	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 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/7	一	地瓜粥拌魚鬆	五穀飯、冬瓜肉臊、燙油菜、香蔥甜不辣、竹筍肉絲湯、水果	起司蛋餅 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/8	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 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/9	三	蛋抓餅 豆漿	糙米飯、味噌燒肉、蒜香大陸妹、扁蒲蝦米、大黃瓜魚丸湯、水果	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
10/10~10/11 國慶日連假								
10/14	一	壽司 豆漿	小米飯、鮑菇雞柳、燙油菜、九層塔蛋、榨菜肉絲湯、水果	三色豆花	✓	✓	✓	✓
10/15	二	小肉包 豆漿	白米飯、蒸鹹魚塊、絲瓜炒蛤蜊、大黃瓜甜不辣、豆薯蛋花湯、水果	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
10/16	三	廣東粥	鍋燒什錦麵、波蘿麵包、水果	奶油餐包 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/17	四	鍋燒意麵	紫米飯、黑胡椒肉絲、炒大陸妹、紅蘿蔔炒蛋、綠豆湯、水果	草莓吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/18	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	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
10/21	一	義大利麵	白米飯、豆豉雞、雙色花椰菜、玉米炒蛋、大黃瓜魚丸湯、水果	波蘿麵包 可可	✓	✓	✓	✓
10/22	二	熱狗吐司捲 豆漿	胚芽飯、三杯油豆腐、炒小白菜、枸杞絲瓜、紫菜蛋花湯、水果	小雞塊 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/23	三	湯餃	肉絲炒麵、甘梅地瓜薯條、關東煮、水果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
10/24	四	蔬菜拉麵	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 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/25	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	紅豆牛奶湯	✓	✓	✓	✓
10/28	一	清粥小菜	白米飯、馬鈴薯燉肉、蒜香油菜、榨菜炒豆干、冬瓜薑絲湯、水果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/29	二	鍋貼 米漿	白米飯、炸丁香魚、炒綠豆芽、麻婆豆腐、西瓜綿魚柳湯、水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
10/30	三	西點麵包 養樂多	炒米粉、絲瓜炒蛤蜊、香菇雞湯、水果	甜甜圈 豆漿	✓	✓	✓	✓
10/31	四	叻仔魚粥	白米飯、客家小炒、蒜炒高麗菜、豆薯滑蛋、地瓜甜湯、水果	鬆餅 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓



備註:

☆10/10(四)10/11(五)國慶日連假

☆10/30(三)10 月份慶生會

☆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