立人幼兒園109年學年度第一學期 10月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第9週 | 星期一  10/5 | 星期二  10/6 | 星期三  10/7 | 星期四  10/8 | 星期五  10/9 |
| 早上點心 | 雞蛋糕 水果 | 蛋糕 豆漿 | 紅豆包 米漿 | 波菜火腿羮 | 雞塊 水果 |
| 午餐 | 芋頭飯  食材  豬絞肉 香菇  蝦米 芋頭  油蔥酥  湯品：  冬瓜豆皮湯 | 什錦滷麵  食材  木耳 胡蘿蔔  筍絲 豬絞肉  魚漿  水果 | 高麗菜粥  食材:  胡蘿蔔 玉米粒香菇 高麗菜  豬絞肉  水果 | 什錦湯麵  食材:  胡蘿蔔 豬肉絲  貢丸 春花捲  香菇 韭菜  湯品：  水果 | 白飯 綜合肉燥  食材:  肉燥 冬瓜  鳥蛋 貢丸  胡蘿蔔 油豆腐  湯品:  鮮菇湯 |
| 下午點心 | 粉角綠豆湯 | 營養餅乾 麥茶 | 絲瓜麵線 | 廣東粥 | 紅豆西米露 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第10週 | 星期一  10/12 | 星期二  10/13 | 星期三  10/14 | 星期四  10/15 | 星期五  10/16 |
| 早上點心 | 玉米濃湯 水果 | 小蛋糕 豆槳 | 乳酪花捲 米漿 | 餛飩湯 | 魩仔魚羮 水果 |
| 午餐 | 肉絲蛋炒飯  食材：  豬肉 洋蔥  三色豆  湯品：  冬瓜蛤蜊湯  水果 | 刀削麵  食材:  胡蘿蔔 香菇 豬絞肉 貢丸  白菜 魚卵捲  水果 | 皮蛋瘦肉粥  食材:  皮蛋 胡蘿蔔 豬絞肉 香菇  玉米粒 芹菜  水果 | QQ麵  食材:  胡蘿蔔 魚丸  豬肉絲 魚板  白菜    水果 | 白飯 炒食蔬  滷肉燥車輪  食材:  肉燥 車輪  魯蛋 豬絞肉  油蔥酥  湯品:  海帶芽湯 |
| 下午點心 | 蛋花麵線 | 布丁 | 鮮奶饅頭  冬瓜茶 | 玉米肉末粥 | 雞塊餅乾 麥茶 |

※餐點食材若遇原物料缺貨將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

立人幼兒園109年學年度第一學期 10月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第11週 | 星期一  10/19 | 星期二  10/20 | 星期三  10/21 | 星期四  10/22 | 星期五  10/23 |
| 早上點心 | 蛋糕 水果 | 熱狗 養生茶 | 紫菜蛋花湯 | 餛飩湯 | 芋頭包 水果 |
| 午餐 | 咖哩雞肉飯  食材：  白飯 雞胸肉  馬鈴薯 胡蘿蔔  洋蔥  湯品:  小魚乾味噌湯 | 茄汁魚湯麵  食材:  香菇 胡蘿蔔  魚丸 魚罐頭  韭菜  水果 | 鴨肉絲粥  食材：  胡蘿蔔 豬絞肉  鴨肉 芹菜  香菇  水果 | 什錦關廟麵  食材：  胡蘿蔔 豬肉絲貢丸 香菇  白菜 魚卵捲  水果 | 南瓜飯  食材：  南瓜 豬絞肉  香菇 蝦米  湯品:  蘿蔔排骨湯 |
| 下午點心 | 玉米濃湯 | 鮮肉包 麥茶 | 餅乾 麥茶 | 關東煮 | 雞絲麵 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第12週 | 星期一  10/26 | 星期二  10/27 | 星期三  10/28 | 星期四  10/29 | 星期五  10/30 |
| 早上點心 | 小餐包 水果 | 肉包 豆漿 | 小煎餅 米漿 | 蛋花麵線 | 小西點 水果 |
| 午餐 | 白飯 炒食蔬  麻婆豆腐  食材:  絞肉 豆瓣醬  豆腐 三色豆  湯品:  冬瓜排骨湯 | 鍋燒冬粉  食材：  冬粉 豬肉絲  蝦球 魚卵捲 魚板 貢丸  白菜 蛋  湯品：  水果 | 地瓜粥  食材：  地瓜 肉鬆  菜脯蛋 炒食蔬  水果 | 什錦拉麵  食材：  豬肉絲 魚板  胡蘿蔔 韭菜  魚漿  湯品：  水果 | 茄汁炒飯  食材:  番茄醬 蛋  高麗菜 玉米粒  豬絞肉  湯品:  白菜蛋花湯 |
| 下午點心 | 綠豆地瓜湯 | 養生甜湯 | 雙色饅頭  養生茶 | 香菇肉羮 | 紅豆薏仁湯 |

※餐點食材若遇原物料缺貨將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！