

114 學年度上學期培文附幼 10 月份點心表

	週一	週二	週三	週四	週五
日期	9/29	9/30	1	2	3
上午			茄汁螺旋麵	杯子蛋糕/豆漿	碗粿
食材			螺旋麵、絞肉、番茄泥、洋蔥、胡蘿蔔	麵粉、雞蛋、牛奶、奶油、黃豆	米漿、肉絲、油蔥酥、香菇
下午			蘿蔔糕/牛奶	小堡加蛋	紅豆豆花
食材			在來米、蘿蔔、肉燥、油蔥酥、牛奶	漢堡、雞蛋	紅豆、黃豆、二砂糖
水果			香蕉	梨子	鳳梨
全穀根莖			✓	✓	✓
豆魚蛋肉			✓	✓	✓
蔬菜			✓	✓	✓
水果			✓	✓	✓
	週一	週二	週三	週四	週五
日期	6	7	8	9	10
上午		玉米蛋吐司 豆漿	米苔目	南瓜高麗菜粥	國慶日
食材		吐司、雞蛋、玉米、黃豆	米苔目、肉燥、韭菜、白菜、豆芽菜	肉絲、南瓜、高麗菜、玉米、白米	
下午		地瓜粉圓湯	一口餃 牛奶	小肉包 豆漿	
食材		地瓜、粉圓、二砂糖	麵皮、絞肉、高麗菜、青蔥、牛奶	麵皮、絞肉、高麗菜、青蔥、黃豆	
水果		蘋果	香蕉	梨子	
全穀根莖		✓	✓	✓	
豆魚蛋肉		✓	✓	✓	
蔬菜		✓	✓	✓	
水果		✓	✓	✓	

	週一	週二	週三	週四	週五
日期	13	14	15	16	17
上午	玉米蔬菜粥	法國吐司	土魷魚羹麵	奶皇包	地瓜拉餅 豆漿
食材	白米、玉米、肉絲、白菜、高麗菜	吐司、雞蛋、肉鬆	油麵、土魷魚塊、白菜、香菇、筍絲	麵粉、蛋黃、奶油	餅皮、地瓜、黃豆
下午	烤芝麻饅頭 豆漿	餛飩湯	玉米蛋刈包 牛奶	玉米濃湯 馬卡龍	燒賣
食材	麵粉、芝麻、奶油、黃豆	麵皮、絞肉、青蔥、白菜、芹菜	刈包、玉米、雞蛋、牛奶	濃湯粉、玉米、絞肉、洋蔥、麵粉、糖霜	麵皮、絞肉、洋蔥、蟹黃
水果	火龍果	蘋果	香蕉	梨子	鳳梨
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	✓
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	✓
蔬菜	✓	✓	✓	✓	✓
水果	✓	✓	✓	✓	✓

	週一	週二	週三	週四	週五
日期	20	21	22	23	24
上午	陽春麵	鹹蛋蔬菜粥	蔬菜蛋餅	吐司加蛋 豆漿	光復節
食材	麵條、肉燥、貢丸、青江菜、高麗菜	白米、鹹鴨蛋、白菜、胡蘿蔔、香菇	餅皮、雞蛋、白菜	吐司、雞蛋、黃豆	
下午	總匯三明治 豆漿	薏仁海燕窩	牙齒肉圓 牛奶	檸檬愛玉	
食材	吐司、雞蛋、豬肉、黃豆	海燕窩、薏仁、二砂糖	糯米粉、絞肉、香菇、洋蔥、牛奶	愛玉、檸檬、二砂糖	
水果	火龍果	蘋果	香蕉	梨子	
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	
蔬菜	✓	✓	✓	✓	
水果	✓	✓	✓	✓	

	週一	週二	週三	週四	週五
日期	27	28	29	30	31
上午	翡翠叻仔魚粥	肉燥板條	咖喱滑蛋麵	草莓鬆餅 豆漿	起司蛋小堡
食材	白米、叻仔魚、 玉米、青江 菜、胡蘿蔔	板條、肉燥、白 菜、豆芽菜	麵條、咖喱、雞 蛋、胡蘿蔔、雞 肉、玉米	鬆餅粉、牛奶、草 莓果醬、黃豆	漢堡、起司、雞蛋
下午	壽司 豆漿	雞蛋布丁豆花	小北歐麵包 牛奶	湯包	紅豆車輪餅
食材	白米、海苔、肉 鬆、黃瓜、鱈 絲、黃豆	雞蛋、牛奶、黃 豆、黑糖	麵粉、奶油、牛奶	麵皮、絞肉、洋 蔥、青蔥	麵粉、牛奶、奶油、 紅豆
水果	火龍果	蘋果	香蕉	梨子	鳳梨
全穀根莖	✓	✓	✓	✓	✓
豆魚蛋肉	✓	✓	✓	✓	✓
蔬菜	✓	✓	✓	✓	✓
水果	✓	✓	✓	✓	✓

※水果依季節或產量予以調整 ※本園一律使用國產豬牛肉食材

※本校營養午餐有供應花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等 11 種及其製品，不適合對其過敏體質者食用

設計者:

幼兒園主任:

校長:

