



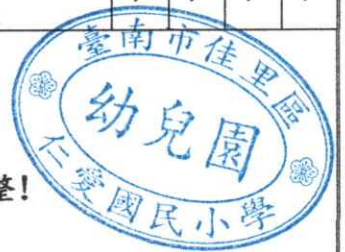
臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 110 學年度第 1 學期 10 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
10/1	五	地瓜粥拌魚鬆	白飯、南瓜燒肉、洋蔥甜不辣、青江菜炒菇、金針菇豆腐湯	香蕉	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
10/4	一	叻仔魚粥	五穀飯、肉燥豆干、豆芽菜炒培根、薑絲空心菜、桂竹筍排骨湯	蘋果	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/5	二	壽司低糖麥茶	白飯、鐵板豆腐、豆薯炒蛋、黑葉白菜炒香菇、玉米蘿蔔魚丸湯	蘋果	小雞塊低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
10/6	三	清粥小菜 花瓜、麵筋	高麗菜肉絲粥、綜合鹽酥雞、豆奶	水梨	鬆餅低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
10/7	四	蘿蔔糕低糖麥茶	芝麻飯、沙茶洋蔥肉絲、玉米乾丁、炒高麗菜、鮮菇雞湯	香蕉	茶葉蛋低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
10/8	五	湯餃	小米飯、親子丼、螞蟻上樹、鮑魚菇炒有機油菜、黃瓜黑輪湯	香蕉	饅頭夾蛋豆漿	✓	✓	✓	✓
10/12	二	廣東粥	糙米飯、糖醋鯛魚、芹香豆腐、有機菜炒菇、冬瓜魚丸湯	芭樂	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/13	三	鍋燒意麵	肉羹麵湯、三杯炒滷味、保久乳	芭樂	玉米濃湯吐司	✓	✓	✓	✓
10/14	四	翡翠雞茸玉米粥	五穀飯、地瓜排骨、豆瓣桂竹筍、腐皮高麗菜、蒲瓜雞湯	梨子	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
10/15	五	鍋貼豆漿	白飯、咖哩雞、蘿蔔燒百頁、香菇炒有機油菜、海帶芽蛋花湯	梨子	小肉包豆漿	✓	✓	✓	✓
10/18	一	小籠包紫菜蛋花湯	芝麻飯、紅燒雞肉、雙花燴鴿蛋、薑炒小白菜、榨菜肉絲湯	芭樂	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/19	二	玉米瘦肉粥	小米飯、起司泡菜豆腐、玉米炒蛋、炒高麗菜、冬瓜香菇湯	香蕉	三色豆花	✓	✓	✓	✓
10/20	三	清粥小菜 花瓜、麵筋	蔬菜麻醬麵、鮮菇雞湯、豆奶	香蕉	奶油餐包豆漿	✓	✓	✓	✓
10/21	四	蔬菜蛋餅綠豆汁	白飯、茄汁豬柳、桶筍炒豆乾、莧菜小魚、白菜豆腐湯	蘋果	雞蛋糕低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
10/22	五	枸杞麵線	五穀飯、奶油雞丁、白菜粉絲煲、蒜炒有機白菜鮮菇、紫菜蛋花湯	蘋果	草莓吐司豆漿	✓	✓	✓	✓
10/25	一	蛋抓餅豆漿	糙米飯、沙茶油菜肉絲、小瓜炒黑輪、薑絲有機莧菜、冬菜粉絲湯	蘋果	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/26	二	當歸麵線	白飯、香酥魚柳、番茄炒蛋、腐乳空心菜、蘿蔔玉米湯	火龍果	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
10/27	三	水果布丁蛋糕低糖麥茶	豆菜拌麵、滷豆乾海帶、浮水魚羹、保久乳	火龍果	小牛角豆漿	✓	✓	✓	✓
10/28	四	香菇肉羹麵	五穀飯、梅子雞丁、咖哩豆腐、蒲瓜蝦米、白菜魚丸湯	香蕉	蘿蔔排骨湯	✓	✓	✓	✓
10/29	五	什錦蔬菜粥	白飯、冬瓜滷肉、茄汁豆包、青江炒鮑菇、南瓜玉米濃湯	香蕉	全穀饅頭豆漿	✓	✓	✓	✓

用餐
天數：20 天

備註：
 ☆10/9~10/11 雙十節連假
 ☆10/27(三)10 月份慶生會
 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！
 ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！
 ☆本園一律使用國產豬肉、牛肉及符合食品安全標章食材！



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