

東湖附幼 112學年度上學期 112年10月份餐點一覽表

日期	星期	上午點心	午 餐	水果	下午點心	
2	一	小兔包、黑豆漿	水餃、高麗菜、酸辣湯	蘋果	雞蓉玉米粥	
3	二	鮮蔬河粉	蔥燒魚片、芹菜炒干絲、有機蔬菜、雙色蘿蔔湯	香蕉	黑糖地瓜湯	
4	三	小米燕麥鹹粥	美味豬排、什錦毛豆、紅燒馬鈴薯、蒜頭雞湯	鳳梨	鮮肉包、低糖豆漿	
5	四	鮮蔬肉絲麵	腰果雞丁、蔥燒豆腐、有機蔬菜、蓮藕排骨湯	火龍果	關東煮	
6	五	雞絲麵	蝦仁肉絲炒飯、炒A菜、羅宋湯	芭樂	雜糧核桃麵包、鮮奶	
7	六					
8	日					
9	一	雙十節彈性放假				
10	二	雙十節放假一日				
11	三	蘿蔔糕、麥茶	綜合蔬菜湯麵、滷味拼盤	哈密瓜	廣東粥	
12	四	鮮肉水餃湯	古早味焢肉、螞蟻上樹、有機蔬菜、冬瓜蛤蠣湯	香蕉	莧菜碎肉粥	
13	五	什錦擔仔麵	清蒸鱸魚、玉米炒豆干、炒地瓜葉、竹筍雞湯	蘋果	雜糧芋泥麵包、鮮奶	
14	六					
15	日					
16	一	營養穀麥片、鮮奶	高麗菜米粉、滷麵腸、鳳梨苦瓜雞湯	水梨	翡翠銀魚粥	
17	二	番茄田園麵	炒三鮮、滷蛋、有機蔬菜、玉米排骨湯	香蕉	芝麻包、鮮奶	
18	三	蒲瓜肉絲粥	茄汁洋蔥豬柳、肉末豆腐、蒜香A菜、紫菜豆腐湯	哈密瓜	時蔬鮮菇麵線	
19	四	芋頭粥	塔香雞丁、紅燒烤麩、有機蔬菜、牛蒡百菇湯	鳳梨	日式烏龍麵	
20	五	蘿蔔糕蔬菜湯	肉燥滷肉飯、炒小白菜、味增魚片湯	芭樂	雜糧乳酪麵包、黑芝麻豆漿	
21	六					
22	日					
23	一	小籠包、鮮奶	什錦蔬菜湯麵、滷味拼盤	橘子	糙米排骨粥	
24	二	魚片粥	筍干控肉、有機蔬菜、小黃瓜燴豆干、冬瓜排骨湯	蘋果	鮮蔬白麵線	
25	三	蔬菜雞絲麵	糖醋魚片、肉絲雪白菇、菠菜、酸辣湯	香蕉	桂圓八寶粥	
26	四	鮮蔬肉絲羹麵	香菇嫩雞、清蒸豆腐、有機蔬菜、番茄蔬菜湯	火龍果	山藥養生鹹粥	
27	五	綜合版條	雞肉咖哩飯、高麗菜、南瓜濃湯	水梨	雜糧紅豆麵包、鮮奶	
28	六					
29	日					
30	一	鍋貼、低糖豆漿	義大利肉醬麵、雙色花椰菜、香菇雞湯	鳳梨	南瓜粥	
31	二	米苔目湯	蠔油雞柳、玉米炒毛豆、有機蔬菜、海帶結排骨湯	蘋果	銀絲捲、糙米漿	

※本菜單經豐得國際實業有限公司營養師郭環茶審閱予以建議設計，將依實際情形做調整。

※依衛福部公告之可能引起過敏食物，如魚、甲殼類、花生、芒果、堅果、蛋奶類等。

※ 本園一律使用國產豬肉食材。