

# 福隆國民小學附設幼兒園

106 學年度上學期

10 月份 餐點表

依菜商送菜做彈性調整

日期 月/日	星期	早上點心	主食	午餐			湯品	下午點心
10/02	一	清粥小菜	白飯	加哩飯		有機蔬菜	冬瓜湯	紅茶、芋頭糕
10/03	二	芋泥包、豆漿	白飯	烤蝦捲	涼拌鮪魚玉米	有機蔬菜	魚丸湯	菠菜小魚粥
10/05	四	豆沙包、牛奶	白飯	紅燒蛋餃	豆芽炒五花	有機蔬菜	番茄豆腐湯	洋蔥圈、麥茶
10/06	五	什錦滑蛋麵	白飯	香煎干貝酥	九層蛤蠣	有機蔬菜	魚板燕餃湯	椰奶綠豆仁湯
10/11	三	鮮奶、脆片	麵線	大腸麵線		有機蔬菜		薯餅、麥茶
10/12	四	水煮蛋、檸檬茶	白飯	醬燒貢丸	韭菜皮蛋	有機蔬菜	香菇肉絲湯	蛤蠣濃湯
10/13	五	抓餅、豆漿	白飯	香煎雞堡	涼拌黃瓜	有機蔬菜	木須肉絲湯	烤蚵捲、蜜茶
10/16	一	清粥小菜	白飯	紅燒豆包	涼拌牛蒡	有機蔬菜	蘿蔔湯	餐包、牛奶
10/17	二	鮮奶饅頭、豆漿	白飯	香煎花枝捲	紹子豆腐	有機蔬菜	蘋果肉絲湯	土司、麥茶
10/18	三	鮮奶、脆片	白飯	肉羹飯		有機蔬菜		玉米鮪魚粥
10/19	四	熱狗、米漿	白飯	玉米肉沫	韭菜魚板	有機蔬菜	豬血湯	魚丸麵
10/20	五	蘿蔔糕、紅茶	白飯	黑椒豬排	番茄炒蛋	有機蔬菜	葶薺排骨湯	莧菜羹
10/23	一	清粥小菜	白飯	香煎素腿	紅燒荷包蛋	有機蔬菜	高麗香菇湯	肉包、紅茶

10/24	二	奶黃包、豆漿	白飯	馬鈴薯燉肉	芹菜貢丸	有機蔬菜	山藥排骨湯	肉絲湯麵
10/25	三	鮮奶、脆片	白飯	火腿炒飯		有機蔬菜	玉米濃湯	匏瓜粥
10/26	四	黑糖饅頭、豆漿	白飯	古早味棒腿	黃瓜拌豆皮	有機蔬菜	蛤蠣湯	仙草蜜
10/27	五	草莓麵包、牛奶	白飯	蔥爆肉絲	紅燒豆腐	有機蔬菜	菜心湯	香菇肉沫麵
10/30	一	清粥小菜	白飯	油飯		有機蔬菜	木耳雞蛋湯	肉包、紅茶
10/31	二	鯖魚湯麵	白飯	玉米筍肉絲	四季鳴戶捲	有機蔬菜	大黃瓜湯	紅豆牛奶

# 福隆國民小學附設幼兒園

106 學年度上學期

11 月份 餐點表

依 菜 商 送 菜 做 彈 性 調 整

日期 月/日	星 期	早上點心	主食	午餐			湯品	下午點心
11/01	三	鮮奶、脆片	麵條	培根章魚麵		有機蔬菜	冬瓜丸子湯	玉米濃湯粥
11/02	四	菜包、豆漿	白飯	鹹蛋肉餅	香酥金針菇	有機蔬菜	瓜仔肉絲湯	地瓜雞肉麵
11/03	五	肉包、美祿	白飯	黑椒豬排	海帶百頁	有機蔬菜	紫菜湯	花生湯
11/06	一	清粥小菜	水餃	素水餃		有機蔬菜	羅宋湯	芝麻包、麥茶
11/07	二	紫菜味增麵	白飯	鼓汁小排	香煎荷包蛋	有機蔬菜	苜菜羹	馬鈴薯丸、紅茶
11/08	三	鮮奶、脆片	冬粉	炒冬粉		有機蔬菜	花椰肉絲湯	餐包、牛奶
11/09	四	饅頭、米漿	白飯	蒜泥白肉	涼拌海帶芽	有機蔬菜	豆芽排骨湯	高麗瘦肉粥
11/10	五	抓餅、紅茶	白飯	香酥雞球	香菇燴豆腐	有機蔬菜	雙蘿湯	蛤蠣濃湯
11/13	一	清粥小菜	白飯	素炒飯	有機蔬菜	豆漿金針湯		銀絲卷、紅茶
11/14	二	肉包、豆漿	白飯	芋燒肉片	熱狗炒蛋	有機蔬菜	金針湯	芋頭糕、牛奶
11/15	三	鮮奶、脆片	麵線	豬腳麵線		有機蔬菜		薯餅、冬瓜茶
11/16	四	饅頭、米漿	白飯	香酥雞塊	番茄玉米筍	有機蔬菜	冬菜排骨湯	米粉湯

11/17	五	豆沙包、牛奶	白飯	南瓜魯肉	鹹蛋炒筍白	有機蔬菜	海帶排骨湯	台式鹹粥
11/20	一	清粥小菜	白飯	沙茶素腰花	毛豆炒蛋	有機蔬菜	菜心湯	板條湯
11/21	二	芋泥包、豆漿	白飯	滷豬五花	椒鹽甜不辣	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	餛飩湯
11/22	三	鮮奶、脆片	白飯	肉羹飯		有機蔬菜		雞絲麵
11/23	四	鮮奶饅頭、米漿	白飯	起士雞排	三色金針菇	有機蔬菜	牛蒡排骨湯	甜豆花
11/24	五	蛋餅、美祿	白飯	煎花枝捲	木耳肉絲	有機蔬菜	玉米豆腐湯	肉沫粥
11/27	一	清粥小菜	麵條	蘑菇螺旋麵		有機蔬菜	加哩蔬菜湯	黑糖包、牛奶
11/28	二	煎包、豆漿	白飯	煎香腸	香滷烤麩	有機蔬菜	冬瓜蛤蠣湯	米苔目、牛奶
11/29	三	鮮奶、脆片	白飯	鴨賞炒飯		有機蔬菜	青豆肉絲湯	蛋花麵線
11/30	四	菜包、冬瓜茶	白飯	打拋肉	甜不辣炒芹菜	有機蔬菜	南瓜肉絲湯	海鮮意麵

# 福隆國民小學附設幼兒園

106 學年度上學期

12 月份 餐點表

依菜商送菜做彈性調整

日期 月/日	星期	早上點心	主食	午餐			湯品	下午點心
12/01	五	鯖魚粥		檸檬雞柳	鹹蛋黃瓜	有機蔬菜	番茄排骨湯	薯條、紅茶
12/04	一	清粥小菜	麵線	蚵仔麵線		有機蔬菜		肉羹湯
12/05	二	鮭魚玉米粥	白飯	玉米筍肉絲	香菇燒豆包	有機蔬菜	胡瓜貢丸湯	濃湯通心粉
12/06	三	鮮奶、脆片	白飯	沙茶肉絲燴飯		有機蔬菜	三色蛋花湯	綠豆西米露
12/07	四	麵線煎	白飯	荸薺蒸肉餅	九層海帶絲	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	蔥仔包
12/08	五	榨菜肉絲麵	白飯	香煎魚塊	乾扁四季豆	有機蔬菜	金針雞湯	包子、麥茶
12/11	一	清粥小菜	白飯	香菇燴飯		有機蔬菜	豆腐粉絲湯	煎餃、蜜茶
12/12	二	抓餅、豆漿	白飯	煎豬排	燴三色	有機蔬菜	胡瓜魚丸湯	玉米濃湯粥
12/13	三	吐司、牛奶	漢堡		有機蔬菜	馬鈴排骨湯		冬菜冬粉湯
12/14	四	餐包、米漿	白飯	筍干控肉	涼拌干絲	有機蔬菜	紫菜肉絲湯	綜合湯麵
12/15	五	西式燒餅	白飯	蛋炒肉羹	蘿蔔燒火腿	有機蔬菜	蒜頭雞湯	蝦皮胡瓜粥
12/18	一	清粥小菜	白飯	綜合羹飯		有機蔬菜		鮮奶饅頭、美祿

12/19	二	蘿蔔糕、麥茶	白飯	酸菜肉沫	韭菜甜不辣	有機蔬菜	玉米排骨湯	什錦冬粉
12/20	三	鮮奶、脆片	白飯	油飯		有機蔬菜	竹筍排骨湯	小熱狗、紅茶
12/21	四	小布利、冬瓜茶	白飯	黑椒豬排	熱炒花生	有機蔬菜	白菜肉絲湯	紫米紅豆湯
12/22	五	雞蛋饅頭、牛奶	白飯	香煎雞塊	香滷海帶	有機蔬菜	魷魚螺肉湯	可樂餅、紅茶
12/25	一	清粥小菜	白飯	花椰素腿	蔥花蛋	有機蔬菜	榨菜金針湯	菜包、牛奶
12/26	二	蘋果麵包、豆漿	白飯	五味雞丁	豆乾毛豆	有機蔬菜	酸辣湯	魚片粥
12/27	三	鮮奶、脆片	白飯	加哩飯		有機蔬菜	鳳梨肉絲湯	莧菜小魚羹
12/28	四	麵包捲、紅茶	白飯	香煎蝦捲	紅椒牛蒡絲	有機蔬菜	山藥排骨湯	丸子麵線
12/29	五	肉包、麥茶	白飯	香煎柳葉魚	宮保皮蛋	有機蔬菜	豆芽肉絲湯	洋蔥圈、冬瓜茶

# 福隆國民小學附設幼兒園

106 學年度上學期

01 月份 餐點表

依菜商送菜做彈性調整

日期 月/日	星期	早上點心	主食	午餐			湯品	下午點心
01/02	二	和風麵線	白飯	瓜仔肉	香酥金針菇	有機蔬菜	玉米濃湯	餡餅、麥茶
01/03	三	鮮奶、脆片	麵條	魚酥羹麵		有機蔬菜		牛奶綠豆湯
01/04	四	雙色饅頭、米漿	白飯	豬肉壽喜燒	鹹蛋筍片	有機蔬菜	豬血湯	雪菜蛋花粥
01/05	五	可樂餅、紅茶	白飯	香煎漢堡肉	蘿蔔豆皮	有機蔬菜	青豆排骨湯	湯圓甜湯
01/08	一	清粥小菜	白飯	番茄燴飯		有機蔬菜		花生豆花
01/09	二	草莓麵包、豆漿	白飯	蘿蔔魯五花	花椰肉絲	有機蔬菜	雞茸蛋花湯	雞絲麵
01/10	三	鮮奶、脆片	麵條	南瓜雞肉麵		有機蔬菜	麻油肉絲湯	豆豆粥
01/11	四	山藥捲、豆漿	白飯	香煎雞塊	醬燒甜玉米	有機蔬菜	菜心丸子湯	蛋黃餅、麥茶
01/12	五	煎餃、麥茶	白飯	香酥魷魚圈	蒸蛋	有機蔬菜	高麗肉絲湯	肉燥意麵
01/15	一	清粥小菜	麵線	素麵線		有機蔬菜		奶黃包、美祿
01/16	二	芋頭糕、豆漿	白飯	五味蛋餃	豆乾肉絲	有機蔬菜	紫菜魚丸湯	餛飩湯
01/17	三	鮮奶、脆片	麵條	加哩炒麵		有機蔬菜	玉米濃湯	蔬菜拉麵
01/18	四	熱狗、美祿	白飯	香煎豬排	涼拌牛蒡	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	油蔥拌麵

01/19	五	可樂餅、麥茶	白飯	香煎漢堡排	三色肉沫	有機蔬菜	金針湯	紅豆湯
01/22	一	清粥小菜	麵條	鮭魚炒麵		有機蔬菜	蛤蠣濃湯	蔥仔餅
01/23	二	小兔包、美祿	白飯	香腸炒飯		有機蔬菜	丸子湯	薯餅、紅茶
01/24	三	牛奶、包子	白飯	團圓火鍋		有機蔬菜		抓餅、冬瓜茶
01/25	四	鮮奶、脆片	放寒假囉~					



# 106 學年度上學期

## 01 月份 餐點表

依 菜 商 送 菜 做 彈 性 調 整

日期 月/日	星 期	早上點心	主食	午餐			湯品	下午點心
01/02	二		麵條	培根章魚麵		有機蔬菜	冬瓜丸子湯	玉米濃湯粥
12/04	一	清粥小菜	白飯	鹹蛋肉餅	香酥金針菇	有機蔬菜	瓜仔肉絲湯	地瓜雞肉麵
12/05	二		白飯	黑椒豬排	海帶百頁	有機蔬菜	紫菜湯	花生湯
12/06	三	鮮奶、脆片	水餃	素水餃		有機蔬菜	羅宋湯	芝麻包、麥茶
12/07	四	紫菜味增麵	白飯	鼓汁小排	香煎荷包蛋	有機蔬菜	苜菜羹	馬鈴薯丸、紅茶
12/08	五	鮮奶、脆片	冬粉	炒冬粉		有機蔬菜	花椰肉絲湯	餐包、牛奶
12/11	一	饅頭、米漿	白飯	蒜泥白肉	涼拌海帶芽	有機蔬菜	豆芽排骨湯	高麗瘦肉粥
12/12	二	抓餅、紅茶	白飯	香酥雞球	香菇燴豆腐	有機蔬菜	雙蘿湯	蛤蠣濃湯
12/13	三	清粥小菜 銀絲卷、紅茶	白飯	素炒飯		有機蔬菜	豆漿金針湯	
12/14	四	肉包、豆漿	白飯	芋燒肉片	熱狗炒蛋	有機蔬菜	金針湯	芋頭糕、牛奶
12/15	五	鮮奶、脆片	麵線	豬腳麵線		有機蔬菜		薯餅、冬瓜茶
12/18	一	饅頭、米漿	白飯	香酥雞塊	番茄玉米筍	有機蔬菜	冬菜排骨湯	米粉湯
12/19	二	豆沙包、牛奶	白飯	南瓜魯肉	鹹蛋炒筍白	有機蔬菜	海帶排骨	台式鹹粥

							湯	
12/20	三	清粥小菜	白飯	沙茶素腰花	毛豆炒蛋	有機蔬菜	菜心湯	板條湯
12/21	四	芋泥包、豆漿	白飯	滷豬五花	椒鹽甜不辣	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	餛飩湯
12/22	五	鮮奶、脆片	白飯	肉羹飯		有機蔬菜		雞絲麵
12/25	一	鮮奶饅頭、米漿	白飯	起士雞排	三色金針菇	有機蔬菜	牛蒡排骨湯	甜豆花
12/26	二	蛋餅、美祿	白飯	煎花枝捲	木耳肉絲	有機蔬菜	玉米豆腐湯	肉沫粥
12/27	三	清粥小菜	麵條	蘑菇螺旋麵		有機蔬菜	加哩蔬菜湯	黑糖包、牛奶
12/28	四	煎包、豆漿	白飯	煎香腸	香滷烤麩	有機蔬菜	冬瓜蛤蠣湯	米苔目、牛奶
12/29	五	鮮奶、脆片	白飯	鴨賞炒飯		有機蔬菜	青豆肉絲湯	蛋花麵線

106 學年度上學期

# 11 月份 餐點表

依 菜 商 送 菜 做 彈 性 調 整

日期 月/日	星 期	早上點心	主食	午餐			湯品	下午點心
11/01	三	鮮奶、脆片	麵條	培根章魚麵		有機蔬菜	冬瓜丸子湯	玉米濃湯粥
11/02	四	菜包、豆漿	白飯	鹹蛋肉餅	香酥金針菇	有機蔬菜	瓜仔肉絲湯	地瓜雞肉麵
11/03	五	肉包、美祿	白飯	黑椒豬排	海帶百頁	有機蔬菜	紫菜湯	花生湯
11/06	一	清粥小菜	水餃	素水餃		有機蔬菜	羅宋湯	芝麻包、麥茶
11/07	二	紫菜味增麵	白飯	鼓汁小排	香煎荷包蛋	有機蔬菜	莧菜羹	馬鈴薯丸、紅茶
11/08	三	鮮奶、脆片	冬粉	炒冬粉		有機蔬菜	花椰肉絲湯	餐包、牛奶
11/09	四	饅頭、米漿	白飯	蒜泥白肉	涼拌海帶芽	有機蔬菜	豆芽排骨湯	高麗瘦肉粥
11/10	五	抓餅、紅茶	白飯	香酥雞球	香菇燴豆腐	有機蔬菜	雙蘿湯	蛤蠣濃湯
11/13	一	清粥小菜 銀絲卷、紅茶	白飯	素炒飯		有機蔬菜	豆漿金針湯	
11/14	二	肉包、豆漿	白飯	芋燒肉片	熱狗炒蛋	有機蔬菜	金針湯	芋頭糕、牛奶
11/15	三	鮮奶、脆片	麵線	豬腳麵線		有機蔬菜		薯餅、冬瓜茶
11/16	四	饅頭、米漿	白飯	香酥雞塊	番茄玉米筍	有機蔬菜	冬菜排骨湯	米粉湯
11/17	五	豆沙包、牛奶	白飯	南瓜魯肉	鹹蛋炒筍白	有機蔬菜	海帶排骨湯	台式鹹粥
11/20	一	清粥小菜	白飯	沙茶素腰花	毛豆炒蛋	有機蔬菜	菜心湯	板條湯

11/21	二	芋泥包、豆漿	白飯	滷豬五花	椒鹽甜不辣	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	餛飩湯
11/22	三	鮮奶、脆片	白飯	肉羹飯		有機蔬菜		雞絲麵
11/23	四	鮮奶饅頭、米漿	白飯	起士雞排	三色金針菇	有機蔬菜	牛蒡排骨湯	甜豆花
11/24	五	蛋餅、美祿	白飯	煎花枝捲	木耳肉絲	有機蔬菜	玉米豆腐湯	肉沫粥
11/27	一	清粥小菜	麵條	蘑菇螺旋麵		有機蔬菜	加哩蔬菜湯	黑糖包、牛奶
11/28	二	煎包、豆漿	白飯	煎香腸	香滷烤麩	有機蔬菜	冬瓜蛤蠣湯	米苔目、牛奶
11/29	三	鮮奶、脆片	白飯	鴨賞炒飯		有機蔬菜	青豆肉絲湯	蛋花麵線
11/30	四	菜包、冬瓜茶	白飯	打拋肉	甜不辣炒芹菜	有機蔬菜	南瓜肉絲湯	海鮮意麵