

嘉義市博愛國民小學附設幼兒園 113 學年度上學期 10 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
10/1	二	五穀饅頭+ 米漿	小米飯/鹽酥虱目魚柳/肉燥油腐/炒蚵白菜/ 玉米蛋花湯/水果	鍋燒意麵
10/2	三	擔子麵	白米飯/香菇肉絲羹飯/五香滷味/ 炒青江菜/藍莓小餐包	水果
10/3	四	雞絲蛋麵	紅藜麥飯/沙茶雞丁/紅蘿蔔炒蛋/炒葉萵苣/ 刺瓜魚丸湯/水果	優格
10/4	五	鮮魚粥	白米飯/筍乾豬腳/玉米豆腐羹/ 炒大白菜/綠豆大麥湯	水果
10/7	一	全麥吐司+ 薏仁糙米漿	白米飯/鐵板豬柳/絲瓜煨蛋/ 炒高麗菜/玉米濃湯/水果	砂鍋冬粉湯
10/8	二	雞茸玉米粥	紅藜麥飯/豆瓣蒸鮮魚/回鍋肉片/炒油菜/ 紅棗冬瓜雞湯/水果、鮮奶	紅豆牛奶
10/9	三	紫菜蛋花湯餃	蔬菜麵/紅燒豬肉麵/滷味/ 炒蚵白菜/奶酥餐包	水果
10/10	四	國慶日放假一天		
10/11	五	碗粿+柴魚湯	白米飯/三杯雞/刺瓜肉片/炒青江菜/紅豆小湯圓	水果
10/14	一	銀絲卷+鮮奶	白米飯/咖哩豬/小瓜魷魚/ 炒高麗菜/紫菜蛋花湯/水果	鮮蔬麵線
10/15	二	叻仔魚粥	小米飯/鹽酥鯖魚/泡菜肉片/炒葉萵苣 /刺瓜魚丸湯/水果、履歷豆奶	蒸地瓜+豆漿
10/16	三	白菜餛飩湯	白米飯/玉米滑蛋燴飯/香滷雞翅/炒油菜/味噌湯	水果
10/17	四	肉燥湯麵	紅藜麥飯/麻油雞/鮮奶蒸蛋/ 炒青江菜/蘿蔔排骨湯/水果	客家蘿蔔糕湯
10/18	五	廣東粥	白米飯/香菇肉燥/銀芽雞絲/炒蚵白菜/檸檬愛玉	水果
10/21	一	起司饅頭+ 鮮奶	白米飯/紅燒排骨/螞蟻上樹/ 炒油菜/鮮筍排骨湯/水果	大滷麵
10/22	二	皮蛋瘦肉粥	糙米飯/香酥烏魚/麻婆豆腐/ 炒高麗菜/玉米排骨湯/水果、鮮奶	綠豆湯
10/23	三	浮水魚羹	蔬菜麵/味噌拉麵/滷什錦/炒蚵白菜/蒸奶皇包	水果
10/24	四	番茄蛋麵	紅藜麥飯/糖醋雞丁/蝦米肉絲蒲瓜/ 炒大白菜/翡翠羹/水果	冬粉湯
10/25	五	鮮蔬粥	白米飯/馬鈴薯燉肉/沙茶白菜滷/ 炒葉萵苣/珍珠鮮奶茶	水果
10/28	一	黑糖饅頭+ 優酪乳	白米飯/蠔油鮮菇雞/咖哩肉醬/ 炒蚵白菜/酸辣湯/水果	肉絲羹湯
10/29	二	山藥肉末粥	糙米飯/樹子蒸虱目魚/沙茶肉片/ 炒高麗菜/高鈣味噌湯/水果	玉米脆片+ 鮮奶
10/30	三	味噌拉麵	白米飯/肉絲蛋燴飯/香酥小雞塊/ 炒青江菜/關東煮湯	水果
10/31	四	玉米濃湯	紅藜麥飯/南瓜燉肉/玉米炒蛋/ 炒葉萵苣/刺瓜排骨湯/水果	紅豆紫米粥

備註：本園一律使用國產豬、牛肉食材