

新北市濂洞國民小學附設幼兒園 114 學年度第 1 學期 10 月份餐點表

日期	星期	上午點心	主食	午 餐	下午點心	餐點類別檢核			
						全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	三	雞絲麵	白飯	糖醋魚片、蒸蛋、時令蔬菜、玉米排骨湯、水果	蘿蔔糕、鮮奶	√	√	√	√
2	四	關東煮	糙米飯	紅燒雞、甜不辣、時令蔬菜、蘿蔔排骨湯、水果	絲瓜麵線	√	√	√	√
3	五	皮蛋瘦肉粥	麵	大滷麵、時令蔬菜、絲瓜湯、水果	玉米湯	√	√	√	√
6	一			中秋節休假					
7	二	饅頭、豆漿	糙米飯	玉米炒毛豆、客家小炒、時令蔬菜、蛤蜊湯、水果	鮮奶紫米紅豆湯	√	√	√	√
8	三	香菇肉末粥	白飯	什錦燴飯、時令蔬菜、馬鈴薯湯、水果	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
9	四	銀絲卷、鮮奶	糙米飯	滷雞腿、蒸蛋、時令蔬菜、玉米濃湯、水果	關東煮	√	√	√	√
10	五			雙十節休假					
13	一	陽春麵	白飯	番茄炒蛋、馬鈴薯燉肉、時令蔬菜、冬瓜湯、水果	肉包、麥茶	√	√	√	√
14	二	蔥油餅加蛋、麥茶	糙米飯	花生麵筋、咕咾肉、時令青菜、蘿蔔湯、水果	芝麻包、鮮奶	√	√	√	√
15	三	蘿蔔糕湯	麵	豬排肉醬筆管麵、時令蔬菜、南瓜濃湯、水果	養生饅頭、鮮奶	√	√	√	√
16	四	吐司、豆漿	白飯	豆芽菜炒蛋、番茄蘑菇雞排、時令蔬菜、玉米濃湯、水果	蒸地瓜	√	√	√	√
17	五	荷包蛋、鮮奶	白飯	滷肉燥、燜南瓜、時令蔬菜、玉米濃湯、水果	馬鈴薯泥	√	√	√	√
20	一	起司蛋餅、豆漿	糙米飯	滷雞翅、蔥蛋、時令蔬菜、海帶排骨湯、水果	地瓜湯	√	√	√	√
21	二	香煎蘿蔔糕、鮮奶	白飯	滷排骨、蒸蛋、時令蔬菜、南瓜湯、水果	水果玉米	√	√	√	√
22	三	雞絲麵	糙米飯	糖醋魚片、蔥蛋、時令蔬菜、蘿蔔糕湯、水果	蔥油餅加蛋、豆漿	√	√	√	√
23	四	饅頭夾蛋、豆漿	白飯	紅燒獅子頭、魷仔魚蛋、時令蔬菜、香菇雞湯、水果	奶酥吐司、鮮奶	√	√	√	√
24	五			臺灣光復節補休		√	√	√	√
27	一	玉米瘦肉粥	水餃	水餃、酸辣湯、時令蔬菜、水果	無糖優格	√	√	√	√
28	二	饅頭夾蛋、豆漿	糙米飯	鐵板里肌、雞蛋豆腐、時令蔬菜、排骨湯、水果	蔬菜煎餅、麥茶	√	√	√	√
29	三	荷包蛋、鮮奶	白飯	糖醋雞肉、香煎豆腐、時令蔬菜、玉米蛋花湯、水果	水煮蛋、鮮奶	√	√	√	√
30	四	蔬菜湯麵	飯	海鮮什錦炒飯、時令蔬菜、蘿蔔排骨湯、水果	起司吐司、鮮奶	√	√	√	√
31	五	營養麵包、鮮奶	白飯	茄子煲、雞肉丁蒸蛋、時令蔬菜、蔬菜雞湯、水果	蒸南瓜	√	√	√	√

*本園一律使用國產豬、牛肉食材，沒有含有萊克多巴胺的食材 *

本園未使用輻射污染食品！

製表人：

契約進用
教保員 陳紅伊

園主任：

教師兼
幼兒園主任 馬智琦

校長：

校長 黃恕懿