

安康幼兒園111年10月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
第一週	10/3	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(2)紅豆湯
	10/4	週二	(1,2)地瓜西米露	(1,2,3)蒜香義大利麵、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)玉米粥
	10/5	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(2)紅燒豆腐、(3)青菜、(3)海帶湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	10/6	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	仙草蜜
	10/7	週五	(4)水果	(1,2,3)蘿蔔瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2)綠豆西米露
第二週	10/10	週一	雙十假期		
	10/11	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)香菇粥、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓
	10/12	週三	(4)水果	(1,2,3)鮮菇肉末燴飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,2)菜包、(2)豆漿
	10/13	週四	(1)薏仁湯	(1,2,3)蘿蔔粥、(4)附餐水果	(1,2)什錦米粉湯
	10/14	週五	(4)水果	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
第三週	10/17	週一	(1,2)牛奶燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	(1,3)蘿蔔蔬菜鹹粥
	10/18	週二	(1)西米露綠豆湯	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1,3)鮮菇冬粉
	10/19	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	10/20	週四	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)肉羹麵、(4)附餐水果	(1)綠豆湯
	10/21	週五	(4)水果	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)紅豆湯
第四週	10/24	週一	(1)綠豆湯	(1,2,3)日式拉麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	10/25	週二	(1,2)牛奶葡萄燕麥	(1,2,3)鮮菇粥、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1,3)時蔬湯麵
	10/26	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(4)附餐水果	(1,2)肉包、(2)豆漿
	10/27	週四	(1)紅豆地瓜湯	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,2)什錦米粉湯
	10/28	週五	(4)水果	(1,2,3)魚丸湯麵、(4)附餐水果	(1,3)廣東粥
第五週	10/31	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	11/1	週二	(1,2)玉米濃湯	(1,2)肉燥乾麵、(2,3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓
	11/2	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩雞飯、(2,3)豆腐湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	11/3	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1)糙米飯、(2)麻婆豆腐、(3)青菜、(2,3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1,2)鮮菇冬粉
	11/4	週五	(4)水果	(1,2,3)味噌麵、(4)附餐水果	(1,3)玉米蘿蔔粥

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)
 2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。
 3. 本園一律使用國產豬肉食材