

# 十月美味餐點

\*本圖一律使用”國產豬肉食材”，請家長放心\*

日期	星期	早上點心	中午餐點						下午點心
1	二	蒸仁豆花	香甜地瓜飯	洋芋燉雞	茄汁豆皮	蒜香高麗菜	山藥排骨湯	時令水果	榨菜肉絲麵
2	三	什錦冬粉湯	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔、馬鈴薯、雞丁、花椰菜)				紫菜蛋花湯	時令水果	養生地瓜湯
3	四	絲瓜麵線	有機白米飯	三杯雞丁	香煎蔥蛋	蒜香菠菜	紅燒香菇雞湯	時令水果	什錦關東煮
4	五	芙蓉雞絲麵	香Q五穀飯	香酥雞排	香蒜麻筍	熱炒青菜	玉米大骨湯	時令水果	香甜仙草蜜
5~6	六日	週休二日							
7	一	滑蛋瘦肉粥	有機白米飯	糖醋魚片	媽媽上樹	時令時蔬	青菜豆腐湯	時令水果	芋香西米露
8	二	健康蔬菜粥	燕麥胚芽米	蔥爆豬肉	筍絲燒肉	熱炒空心菜	榨菜肉絲湯	時令水果	肉羹麵線
9	三	薑汁豆花	香甜地瓜飯	香酥雞腿排	鮮菇玉米筍	蒜香菠菜	淡水魚丸湯	時令水果	芋圓紫米粥
10	四	雙十國慶假日							
11	五	營養牛奶晚片	鮮肉大水餃(高麗菜、豬肉)				蘑菇玉米濃湯	時令水果	台南擔仔麵
12~13	六日	週休二日							
14	一	番茄蛋麵	有機燕麥飯	醬爆雞丁	椰瓜香蛋	鮮菇燻絲瓜	海帶豆腐湯	時令水果	紅豆小湯圓
15	二	肉燥米粉湯	可O芝麻飯	洋蔥豬柳	甜豆炒蝦仁	單湯白菜	山藥枸杞湯	時令水果	什錦鮮菇粥
16	三	滑蛋麵線	香Q紅藜飯	糖醋里肌肉	蔥燒嫩豆腐	季節時蔬	馬鈴薯豬骨湯	時令水果	杏仁粉條
17	四	銀魚苜菜粥	魚酥羹麵(魚酥、蘿蔔絲、香菇、木耳、大白菜)					時令水果	香甜米苔目
18	五	芝麻養生餅+麥茶	芝麻五穀飯	塔香燒雞	海帶三絲	蒜香高麗菜	冬瓜排骨湯	時令水果	日式魷魚羹
19~20	六日	週休二日							
21	一	黑糖地瓜	海苔香鬆飯	彩椒雞丁	五香豆干	鮮菇青巧菜	結頭菜雞湯	時令水果	什錦通心粉
22	二	香菇雞絲麵	什錦海鮮燻飯(花枝、蝦仁、豬肝)				味噌豆腐湯	時令水果	奶油餐包+牛奶
23	三	古早味切仔麵	有機白米飯	紅糟肉排	蒜香白干絲	清炒A菜	蓮藕排骨湯	時令水果	枸杞銀耳湯
24	四	㊦圖蔬菜粥	香甜地瓜飯	薑汁豬肉	糖醋甜不辣	熱炒芋白菜	川菜雞湯	時令水果	泡豆腐細粉
25	五	玉米濃湯	可O芝麻飯	奶油燉雞丁	黃瓜燻雞蛋	時令時蔬	胡瓜菇菇湯	時令水果	茄汁螺旋麵
26~27	六日	週休二日							
28	一	綠豆燕麥	山藥地瓜粥(香蔥煎蛋、海苔肉鬆、滷味雙拼)				薑片肉絲湯	時令水果	芋香米粉湯
29	二	吻仔魚粥	有機白米飯	香滷小雞翅	香滷雞蛋	韭菜銀芽	昆布蛋花湯	時令水果	番茄雞蛋麵
30	三	台式雞粥	芝麻五穀飯	洋蔥豬柳	醬燒冬瓜	蒜香菠菜	蔬菜羅宋湯	時令水果	紫菜銀絲湯
31	四	南瓜米粉湯	香甜地瓜飯	蜜汁烤雞	海帶三絲	熱炒青菜	番茄蛋花湯	時令水果	紅豆仙草蜜