

新北市新樂非營利幼兒園 ( 委託財團法人三之三生命教育基金會辦理 ) 114年10月份菜單

日期	早 點	午 餐					午 點	餐點類別檢核表			
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
10/1 週三	玉米脆片+牛奶	紅藜麥養生飯	壽喜燒肉片	炒三丁	有機食蔬	營養雞湯	鍋燒雞絲麵	√	√	√	√
10/2 週四	地瓜粥	香Q白米飯	紅麴翅小腿	白菜滷	有機食蔬	白蘿蔔肉片湯	糙米肉絲湯	√	√	√	√
10/3 週五	滑蛋雞絲麵	香Q白米飯	茄汁雞丁	客家小炒	有機食蔬	金針花湯	薑汁豆花	√	√	√	√
10/7 週二	肉燥湯米粉	肉絲燴飯			有機食蔬	蔥花蛋花湯	慶生會 古早味蛋糕+冬瓜茶	√	√	√	√
10/8 週三	小兔包+豆漿	香Q白米飯	紅燒魚片	玉米炒蛋	有機食蔬	蓮藕排骨湯	香菇稀飯	√	√	√	√
10/9 週四	蔬菜粥	元氣紫米白飯	三杯雞	韭菜花炒甜不辣	有機食蔬	雙色蘿蔔湯	清麵線	√	√	√	√
10/13 週一	叻仔魚粥	元氣紫米白飯	洋芋燉肉	小黃瓜炒玉米筍	有機食蔬	山藥排骨湯	紫米紅豆湯	√	√	√	√
10/14 週二	什錦冬粉	親子雞肉丼			有機食蔬	酸辣湯	大滷麵	√	√	√	√
10/15 週三	小芋泥包+麥茶	香Q白米飯	木須肉	洋蔥炒蛋	有機食蔬	紫菜蛋花湯	好吃豆花	√	√	√	√
10/16 週四	小兔包+米漿	香Q白米飯	糖醋魚片	豆腐燴番茄蛋	有機食蔬	玉米大骨湯	肉絲冬粉湯	√	√	√	√
10/17 週五	高麗菜鹹粥	元氣五穀米飯	馬鈴薯炒肉絲	螞蟻上樹	有機食蔬	冬瓜湯	冰糖銀耳	√	√	√	√
10/20 週一	小鮮肉包+豆漿	香Q白米飯	瓜仔肉	豆皮絲炒木耳	有機食蔬	金針肉絲湯	魚片蛋花麵線	√	√	√	√
10/21 週二	香菇稀飯	蘑菇肉醬義大利麵			有機食蔬	玉米濃湯	香芹雞肉粥	√	√	√	√
10/22 週三	絲瓜湯麵	地瓜蒸飯	蜜汁滷小翅	紅蘿蔔炒蛋	有機食蔬	羅宋湯	檸檬愛玉	√	√	√	√
10/23 週四	小白饅頭+豆漿	元氣五穀米飯	薑燒雞丁	滷油豆腐	有機食蔬	紫菜貢丸湯	芋頭香菇粥	√	√	√	√
10/27 週一	芋頭稀飯	香Q白米飯	豉椒肉丁	杏鮑菇燴三色豆	有機食蔬	酸菜肉片湯	什錦意麵	√	√	√	√
10/28 週二	小黑糖饅頭+豆漿	什錦大滷麵			有機食蔬	黃瓜丸子湯	滑蛋肉粥	√	√	√	√
10/29 週三	小紅豆包+牛奶	元氣五穀米飯	古早味肉燥	營養蔥蛋	有機食蔬	青菜豆腐湯	綠豆西米露	√	√	√	√
10/30 週四	烏龍湯麵	紅藜麥養生飯	打拋豬	西芹豆包	有機食蔬	肉羹湯	玉米滑蛋雞肉粥	√	√	√	√
10/31 週五	清粥小菜	香Q白米飯	彩椒雞丁	蔥爆豆芽菜	有機食蔬	瓜仔雞湯	關東煮	√	√	√	√

季節水果

\*本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，由豐得國際實業供應商採買

\*本公告當月菜單，本園所保有最後修改調整之權利

\*餐點規劃參照「幼兒園餐點食物內容及營養基準及食譜範例」

