

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 ) 112年10月份菜單

10月份	早 點	午 餐					午 點	餐點類別檢核表					
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類		
1(日)													
2(一)	五彩球+牛奶	養生糙米白飯	馬鈴薯燉肉	番茄炒蛋	有機食蔬	蘿蔔排骨湯	香菇稀飯	季節水果	√	√	√	√	
3(二)	銀絲卷+豆漿	日式豬肉烏龍麵			有機食蔬	味噌豆腐湯	小可頌+麥茶		√	√	√	√	
4(三)	什錦冬粉	香Q白米飯	瓜仔雞肉	小黃瓜炒貢丸	有機食蔬	酸菜肉片湯	小米粥		√	√	√	√	
5(四)	地瓜稀飯	元氣五穀米飯	豆瓣魚	豆干肉絲	有機食蔬	竹筍排骨湯	麻油雞麵線		√	√	√	√	
6(五)	小白饅頭+米漿	香Q白米飯	香滷翅小腿	玉米炒蛋	有機食蔬	雙色蘿蔔湯	紅豆湯		√	√	√	√	
7(六)													
8(日)													
9(一)													
10(二)													
11(三)	玉米脆片+牛奶	水餃			有機食蔬	酸辣湯	清麵線	季節水果	√	√	√	√	
12(四)	翡翠雞肉粥	元氣五穀米飯	德式香腸炒小黃瓜	滷豆腐	有機食蔬	營養雞湯	米粉湯		√	√	√	√	
13(五)	小黑糖饅頭+米漿	香Q白米飯	日式壽喜燒	吻仔魚炒蛋	有機食蔬	白蘿蔔貢丸湯	綠豆湯		√	√	√	√	
14(六)													
15(日)													
16(一)	小雞蛋饅頭+豆漿	養生糙米白飯	塔香三杯雞	螞蟻上樹	有機食蔬	香蔥蛋花湯	大滷麵	季節水果	√	√	√	√	
17(二)	肉燥湯麵	咖哩燴飯			有機食蔬	山藥排骨湯	慶生會古早味蛋糕+冬瓜茶		√	√	√	√	
18(三)	小紅豆包+麥茶	香Q白米飯	蔥爆梅花豬	營養蔥蛋	有機食蔬	玉米大骨湯	小餐包+蘋果汁		√	√	√	√	
19(四)	吻仔魚粥	元氣五穀米飯	冬瓜絞肉	三色豆炒蝦仁	有機食蔬	蛤仔冬瓜湯	絲瓜麵線		√	√	√	√	
20(五)	無糖麥片+牛奶	香Q白米飯	豆豉蒸魚	炒筍白筍	有機時蔬	番茄豆腐湯	黑糖地瓜湯		√	√	√	√	
21(六)													
22(日)													
23(一)	小鮮肉包+豆漿	養生糙米白飯	南瓜滷肉	洋蔥炒蛋	有機食蔬	蓮藕排骨湯	水蒸地瓜+養生茶	季節水果	√	√	√	√	
24(二)	清麵線	蘑菇肉醬義大利麵			有機食蔬	玉米濃湯	蘿蔔糕湯		√	√	√	√	
25(三)	玉米滑蛋瘦肉粥	香Q白米飯	蒜泥白肉	綜合炒鮮菇	有機食蔬	紫菜蛋花湯	桂圓紅棗薏仁粥		√	√	√	√	
26(四)	清粥小菜	元氣五穀米飯	馬鈴薯炒肉絲	紅蘿蔔炒蛋	有機食蔬	香菇雞湯	粿仔湯		√	√	√	√	
27(五)	小白饅頭+米漿	香Q白米飯	蜜汁翅小腿	客家小炒	有機食蔬	青菜豆腐湯	綠豆粥		√	√	√	√	
28(六)													
29(日)													
30(一)	小地瓜包+豆漿	養生糙米白飯	薑燒豬肉	絲瓜燴菇	有機食蔬	魚醋羹湯	烏龍麵	季節水果	√	√	√	√	
31(二)	南瓜粥	菇菇雞肉燴飯			有機食蔬	羅宋湯	米苔目(甜)		√	√	√	√	

\*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」

