



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	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類			
10/2(一)	五彩球 鮮奶	雞肉什菜燉飯			季節時蔬	羅宋湯	絲瓜麵線				✓	✓	✓	✓
10/3(二)	清粥小菜	胚芽米飯	鮮筍燒肉	蛤蠣鮮蒸蛋	季節時蔬	蘿蔔排骨湯	傳統客家油蔥板條				✓	✓	✓	✓
10/4(三)	小肉包 紫菜蛋花湯	香 Q 白米飯	油醋拌海鮮	五花肉片燉菜	季節時蔬	貢丸湯	綠豆薏仁湯				✓	✓	✓	✓
10/5(四)	雞蛋麵	五穀米飯	蔥爆豬肉	芹菜炒豆干	季節時蔬	海帶芽排骨湯	小筍包(不辣) 混漿				✓	✓	✓	✓
10/6(五)	雞茸玉米粥	番茄肉醬義大利麵			季節時蔬	玉米濃湯	藍莓吐司 麥茶				✓	✓	✓	✓
10/9(一)		雙十國慶連續假期												
10/10(二)														
10/11(三)	玉米麥片 鮮奶	傳統芋頭油蔥米粉			季節時蔬	山藥排骨湯	小燒賣 桂圓茶				✓	✓	✓	✓
10/12(四)	美味雞絲麵	胚芽米飯	豆腐蒸肉餅	番茄炒蛋	季節時蔬	薑絲蛤蜊冬瓜湯	高麗菜肉燥粥				✓	✓	✓	✓
10/13(五)	黑糖小饅色 豆漿	咖哩雞肉飯			季節時蔬	鮮魚味噌湯	檸檬愛玉				✓	✓	✓	✓
10/16(一)	什錦麥片 鮮奶	香菇肉燥麵			季節時蔬	四神湯	蘿蔔糕蛋花湯				✓	✓	✓	✓
10/17(二)	地瓜粥	香 Q 白米飯	薑汁豬肉	蛤蜊絲瓜	季節時蔬	大黃瓜排骨湯	慶生會蛋糕 決明子茶				✓	✓	✓	✓
10/18(三)	肉燥高麗菜粥	胚芽米飯	香菇肉燥油豆腐	海鮮雙花	季節時蔬	香菇雞湯	鍋燒意麵				✓	✓	✓	✓
10/19(四)	玉米瘦肉粥	五穀米飯	毛豆雞丁	炒木耳金針菇	季節時蔬	冬瓜排骨湯	黑糖花生豆花				✓	✓	✓	✓
10/20(五)	綜合包 混漿	紅醬肉燥義大利麵			季節時蔬	酸辣湯	波羅奶酥麵包 決明子茶				✓	✓	✓	✓
10/23(一)	玉米麥片 鮮奶	滷肉飯 滷蛋 海帶節 豆干			季節時蔬	酸菜肉片湯	餛飩冬粉湯				✓	✓	✓	✓
10/24(二)	鍋燒麵	香 Q 白米飯	梅干扣肉	紅蘿蔔炒蛋	季節時蔬	莧菜小魚湯	草莓吐司 決明子茶				✓	✓	✓	✓
10/25(三)	黑糖小饅色 混漿	五穀米飯	清蒸魚片	茄汁豆皮	季節時蔬	馬鈴薯排骨湯	地瓜綠豆湯				✓	✓	✓	✓
10/26(四)	皮蛋瘦肉粥	香 Q 白米飯	三杯雞	蛤蜊炒絲瓜	季節時蔬	番茄蛋花湯	雞蛋麵				✓	✓	✓	✓
10/27(五)	肉燥冬粉湯	海鮮白醬燴飯			季節時蔬	玉米排骨湯	芋頭吐司 麥茶				✓	✓	✓	✓
10/30(一)	香蕉麥片 鮮奶	什錦烏龍湯麵			季節時蔬		小鮮肉包 桂圓茶				✓	✓	✓	✓
10/31(二)	蒲瓜肉粥	香 Q 白米飯	味噌燉雞肉	蛤蜊蒸蛋	季節時蔬	鮮筍雞湯	紅豆湯				✓	✓	✓	✓

水果

*本園全面採用國產豬並已取得合格證明，請家長們放心

*本園未使用輻射污染食品

*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

*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」

