

十月份營養餐點表

星期 項目		一	二	三	四	五
單 週	早餐	鮮肉包 米漿	小餐包 牛奶	黑糖饅頭 豆漿	草莓三明治 牛奶	銀魚蛋花粥
	午餐	什錦炒麵 香滷油豆腐 玉米濃湯 水果	紅燒獅子頭 香滷素雞 時蔬 冬瓜排骨湯 糙米飯 水果	咖哩飯 蔬菜湯 水果	螞蟻上樹 瓜仔絞肉 時蔬 白蘿蔔排骨湯 白米飯 水果	什錦過橋米線 水果
	點心	紅豆紫米湯	芋頭粥	三明治 DIY 麥茶	蕃茄通心麵	綠豆粥
		滷肉飯 蔬菜湯	什錦湯麵	熟水餃 綜合丸子湯	肉燥湯板條	肉羹燴飯 紫菜蛋花湯
雙 週	早餐	小兔包 米漿	芋泥包子 牛奶	瘦肉粥	果醬土司 牛奶	銀絲卷 豆漿
	午餐	南瓜炒米粉 香滷海帶 海鮮濃湯 水果	香菇小丸子 紅蘿蔔炒蛋 時蔬 金針肉絲湯 糙米飯 水果	肉絲炒麵 虱目魚丸湯 水果	豆干丁絞肉 家常豆腐 時蔬 玉米排骨湯 白米飯 水果	冬粉火鍋煲 水果
	點心	什錦湯麵	關東煮	造型餅乾 花果茶	紅豆薏仁	什錦肉末粥
		夏威夷炒飯 蔬菜湯	肉羹湯麵	咖哩飯 味噌湯	義大利麵 玉米濃湯	什錦湯餃

備註：十月份的餐點特選秋季健康甜品：「紅豆紫米湯」以及師生 DIY「三明治」等營養點心，讓幼生吃出健康，吃出快樂。



幼兒(學)館幼兒園 敬上