

賢北國小附設幼兒園

111 年 10 月份餐點表

下午水果皆上午送

週別	星期	一	二	三	四	五
第六週	日期	10/3	10/4	10/5	10/6	10/7
	上午	金針蘿蔔排骨湯	港式蘿蔔糕 薏仁漿	紫米珍珠丸 豆漿	香雞堡 米漿	酸辣湯
	食材:	金針菇，胡蘿蔔，白蘿蔔，豬小排	白蘿蔔，在來米，肉燥，蝦米，薏仁	黑秈糯米，豬絞肉，玉米粒	雞絞肉，麵粉，花生，白米	肉絲，木耳，胡蘿蔔，豆腐，雞蛋，金針菇
	下午	珍珠豆花 芭樂	銀絲捲 文旦	地瓜綠豆湯 火龍果	大黃瓜魚丸 湯+西瓜	銅鑼燒 文旦
	食材	粉圓，黃豆	雞蛋，牛奶，麵粉	地瓜，綠豆	大黃瓜，魚丸，芹菜	紅豆，麵粉
第七週	日期	10/10	10/11	10/12	10/13	10/14
	上午	雙十國慶放假	玉米蛋餅 豆漿	炒南瓜米粉	碗粿 味噌湯	肉包 豆漿
	食材		玉米粒，冷凍蛋餅皮，雞蛋，黃豆	南瓜，胡蘿蔔，肉絲，高麗菜，米粉	肉燥，鴨蛋黃，在來米，豆腐，味噌	豬絞肉，麵粉，黃豆
	下午		關東煮 芭樂	珍珠仙草湯 文旦	鬆餅 火龍果	餛飩湯 蘋果
	食材		胡蘿蔔，玉米，米血，黑輪	仙草凍，粉圓	鬆餅，草莓果醬	豬絞肉，餛飩皮，冬菜
第八週	日期	10/17	10/18	10/19	10/20	10/21
	上午	土司夾蛋 豆漿	皮蛋瘦肉粥	燒賣 蛋花湯	奶皇包 枸杞紅棗茶	粿條湯
	食材	雞蛋，土司，黃豆	鴨皮蛋，雞蛋，鹹鴨蛋，高麗菜，胡蘿蔔，肉絲，白米	豬絞肉，麵粉，雞蛋，胡蘿蔔	牛奶，雞蛋，麵粉，綠豆，枸杞，紅棗	粿仔條，豆芽菜，肉絲，胡蘿蔔，高麗菜
	下午	茶葉蛋 蘋果	水煮玉米 芭樂	旗魚黑輪 西瓜	紅豆豆花 火龍果	麥克雞塊 芭樂
	食材	雞蛋，滷包	玉米	魚漿，地瓜粉	紅豆，黃豆	雞絞肉，麵粉

第九週	日期	10/24	10/25	10/26	10/27	10/28
	上午	小籠湯包 豆漿	香雞麵線	奶油土司 玉米濃湯	清粥小菜	鍋燒意麵
	食材	豬絞肉，青蔥， 麵粉，黃豆	雞肉，麵線，枸 杞，高麗菜	奶油，土司，洋 蔥，火腿丁，玉 米粒，胡蘿蔔	豬肉酥，雞蛋， 豆漿，白米	高麗菜，意麵，肉 絲，魚丸，魚板， 雞蛋，小白菜
	下午	地瓜湯圓 芭樂	大鍋貼 西瓜	芋頭餅 火龍果	綜合滷味 芭樂	芝麻包 蘋果
	食材	地瓜，糯米	高麗菜，豬絞 肉，水餃皮	芋頭，餅乾，麵 粉	鳥蛋，豆干，海 帶，高麗菜	黑芝麻，麵粉
第十週	日期	10/31				
	上午	草莓厚片 豆漿				
	食材	草莓醬，土司， 黃豆				
	下午	蛋花麵線 芭樂				
	食材	雞蛋，麵線				

★餐點表會依實際狀況略有更動

★所有肉品來源一律使用國產

承辦：陳惠珍

園主任：侯雅馨

校長：王韋程



均衡飲食最健康