

賢北國小附設幼兒園

113 年 10 月份餐點表

週別	星期	一	二	三	四	五
第六週	日期		10/1	10/2	10/3	10/4
	上午		奶皇包 枸杞紅棗茶	紫米珍珠丸 豆漿	漢堡 豆漿	南瓜鮮肉粥
	食材:		牛奶，雞蛋，麵粉，白鳳豆，枸杞，紅棗	黑秈糯米，豬絞肉，玉米粒，黃豆	漢堡肉，漢堡包，黃豆	南瓜，肉絲，木耳，胡蘿蔔，白米
	下午		旗魚黑輪 文旦	紅豆車輪餅 西瓜	綠豆湯 火龍果	銅鑼燒 蘋果
	食材		魚漿，地瓜粉	紅豆，麵粉	綠豆	紅豆，麵粉
第七週	日期	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11
	上午	原味蛋餅 豆漿	炒米粉	港式蘿蔔糕 薏仁漿	雙十國慶放假	五穀雜糧饅頭+豆漿
	食材	冷凍蛋餅皮，雞蛋，黃豆	木耳，胡蘿蔔，肉絲，高麗菜，米粉	白蘿蔔，在來米，肉燥，蝦米，薏仁		南瓜子，核桃，枸杞，葡萄乾，全麥麵粉
	下午	關東煮 蘋果	花捲 文旦	蛋花麵線 火龍果		珍珠豆花 蘋果
	食材	胡蘿蔔，玉米，米血，黑輪	青蔥，麵粉	雞蛋，肉絲，麵線		粉圓，黃豆
第八週	日期	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18
	上午	土司夾蛋 豆漿	蔬菜鮮肉粥	香菇肉羹	碗粿 味噌湯	水餃 蛋花湯
	食材	雞蛋，土司，黃豆	高麗菜，木耳，胡蘿蔔，肉絲，白米	香菇，肉羹，竹筍，胡蘿蔔	肉燥，鴨蛋黃，在來米，豆腐，味噌	高麗菜，豬絞肉，水餃皮，雞蛋，胡蘿蔔
	下午	茶葉蛋 文旦	珍珠仙草湯 蘋果	銀絲捲 西瓜	脆皮芝麻烤 饅頭 火龍果	豆沙包 文旦
	食材	雞蛋，滷包，茶包	粉圓，仙草凍	雞蛋，牛奶，麵粉	黑芝麻，麵粉	紅豆，麵粉

第九週	日期	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25
	上午	小籠湯包 豆漿	香雞麵線	奶油土司 玉米濃湯	雞蓉玉米粥	鍋燒意麵
	食材	豬絞肉，青蔥， 麵粉，黃豆	雞胸肉，麵線， 枸杞，高麗菜	奶油，土司，洋 蔥，火腿丁，玉 米粒，胡蘿蔔	雞胸肉，玉米 粒，胡蘿蔔，白 米	高麗菜，意麵， 肉絲，魚丸，雞 蛋
	下午	紅豆湯圓 蘋果	綜合滷味 文旦	鍋貼 火龍果	銅鑼燒 西瓜	芝麻包 蘋果
	食材	紅豆，糯米	鳥蛋，豆干，冬 粉	高麗菜，豬絞 肉，水餃皮	紅豆，麵粉	黑芝麻，麵粉
第十週	日期	10/28	10/29	10/30	10/31	
	上午	草莓土司 豆漿	小肉包 豆漿	金針蘿蔔排 骨湯	螞蟻上樹	
	食材	草莓果醬，土 司，黃豆	豬絞肉，麵粉， 黃豆	金針菇，胡蘿 蔔，白蘿蔔，豬 小排	木耳，洋蔥，肉 絲，高麗菜，冬 粉	
	下午	茶葉蛋 文旦	麥克雞塊 蘋果	紅豆豆花 西瓜	大黃瓜魚丸 湯+火龍果	
	食材	雞蛋，茶包，滷 包	雞絞肉，麵粉	紅豆，黃豆	胡瓜，魚丸	

★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



均衡飲食最健康

承辦：董怡伶

園主任：侯雅馨

校長：王韋程