

113年福林附幼



月份餐點表

公告版

日期		早點	午餐					午點		
10/1	二	日式烏龍湯麵	胚芽米	梅子排骨	玉米炒蛋	青江菜	黃瓜雞湯	芭樂	雙色芋圓湯	
10/2	三	雞蛋小饅頭+光泉鮮乳	小米飯	土魷魚塊	三杯油豆腐	大白菜	肉羹湯	香蕉	魚丸米粉湯	
10/3	四	田園蔬菜粥	燕麥飯	豆干肉燥	甜不辣炒芹菜	青花椰	ABC營養湯	火龍果	仙草蜜	
10/4	五	關東煮	特餐:雞丁蛋炒飯+蜜汁滷肉+高麗菜+蘆筍鮭魚濃湯					水梨	青菜餛飩湯	
10/7	一	生日蛋糕+光泉鮮乳	有機米	蜜汁燒雞	黃瓜炒玉米筍	空心菜	榨菜肉絲湯	蘋果	紅豆紫米粥	
10/8	二	玉米雞絨粥	胚芽米	蘿蔔燒肉	螞蟻上樹	莧菜	黃瓜排骨湯	芭樂	乾拌麵	
10/9	三	蒸地瓜+光泉鮮乳	小米飯	香嫩豬排	番茄炒蛋	青花椰	蘋果洋蔥雞湯	香蕉	香煎蘿蔔糕+紅棗枸杞湯	
10/10	四	 雙十國慶放假 								
10/11	五	清麵線	特餐:炒烏龍麵+海結鵝蛋豆干+高麗菜+番茄蛋花湯					水梨	冬瓜西米露	
10/14	一	竹筍瘦肉粥	有機米	醬爆回鍋肉	吻仔魚炒蛋	水耕a菜	蓮藕排骨湯	蘋果	蘿蔔糕湯	
10/15	二	雞絲麵	胚芽米	鮮蔬雞丁	涼拌干絲	青江菜	冬瓜蛤蜊湯	芭樂	百香愛玉湯	
10/16	三	燒賣+光泉豆漿	小米飯	清蒸多利魚	玉米炒雞茸	大白菜	海芽豆腐湯	香蕉	鮮蔬炒麵	
10/17	四	清粥小菜	紫米飯	蒜泥白肉	醬燒海帶絲	青花椰	山藥雞湯	火龍果	滷蛋+冬瓜茶	
10/18	五	黑糖小饅頭+光泉鮮乳	特餐:茄汁蛋炒飯+蜜汁滷肉+高麗菜+玉米濃湯					水梨	高纖地瓜湯	
10/21	一	起土麵包+光泉鮮乳	有機米	橙汁里肌	紅燒冬瓜	空心菜	香菇雞湯	蘋果	通心粉濃湯	
10/22	二	香菇雞肉粥	胚芽米	香煎多利魚	塔香油豆腐	青江菜	紫菜蛋花湯	芭樂	綠豆薏仁湯	
10/23	三	珍珠丸+光泉豆漿	小米飯	味噌肉片	蔬菜球	水耕a菜	肉骨茶湯	香蕉	鮭魚粥	
10/24	四	陽春麵	紫米飯	咖哩雞	日式蒸蛋	青花椰	味噌小魚豆腐湯	水梨	奶皇包+光泉豆漿	
10/25	五	玉米脆片+光泉鮮乳	特餐:什錦炒麵+紅燒獅子頭+高麗菜+酸辣湯					火龍果	關東煮	
10/28	一	肉絲炒飯條	有機米	梅干扣肉	塔香菇菇	地瓜葉	地瓜雞湯	蘋果	檸檬愛玉湯	
10/29	二	水煮玉米+光泉鮮乳	胚芽米	黃瓜雞丁	麻婆豆腐	大白菜	洋芋排骨湯	芭樂	番茄營養粥	
10/30	三	鮮奶饅頭	戶外教學:麵包餐盒							
10/31	四	滑蛋瘦肉粥	紫米飯	鳳梨蝦球	紅蘿蔔炒蛋	青花椰	南瓜濃湯	火龍果	米苔目湯	



※以上餐點如有食材調配問題,會依當下狀況進行更動,感謝家長們體諒^^。

※配合政府推廣有機食品,將於每週星期一提供有機米食用,感謝!

※本園一律使用國產臺灣雞、豬、牛,敬請家長安心!



