

新北市興仁國小附設幼兒園112學年度第一學期10月份菜單

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核表			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
10/2	一	小餐包+優酪乳		雞肉蛋炒飯		有機蔬菜	豆皮白菜湯	時令水果	豆沙包+決明子茶	✓	✓	✓	✓
10/3	二	蛋餅+米漿	胚芽飯	瓜仔肉燥	茄汁豆包	有機蔬菜	鮮菇湯	時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
10/4	三	銀絲卷+麥茶	地瓜飯	清炒杏鮑菇	玉米蒸蛋	有機蔬菜	蕃茄蔬菜湯	時令水果	蒸蘿蔔糕	✓	✓	✓	✓
10/5	四	三明治+鮮奶		肉絲炒飯條		有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
10/6	五	葡萄麵包+豆漿	白米飯	糖醋雞丁	番茄炒蛋	有機蔬菜	海帶芽湯	時令水果	生口蛋糕	✓	✓	✓	✓
10/11	三	玉米脆片+鮮奶		素麵線		有機蔬菜		時令水果	全麥吐司+麥茶	✓	✓	✓	✓
10/12	四	鮮肉包+豆漿	胚芽飯	紅燒肉	炒甜不辣	有機蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	雞蛋麵	✓	✓	✓	✓
10/13	五	三明治+優酪乳	白米飯	叻仔魚炒蛋	什錦滷味	有機蔬菜	魚丸湯	時令水果	蛋塔+燕麥奶	✓	✓	✓	✓
10/16	一	鮮奶吐司+豆漿		水餃		有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	奶皇包+麥茶	✓	✓	✓	✓
10/17	二	蛋餅+米漿	胚芽飯	香炒豬里肌	蛤蜊絲瓜	有機蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	甜玉米	✓	✓	✓	✓
10/18	三	香煎蘿蔔糕+鮮奶		素咖哩飯		有機蔬菜	蘿蔔湯	時令水果	小兔包+決明子茶	✓	✓	✓	✓
10/19	四	芝麻包+優酪乳	地瓜飯	醬炒雞丁	薑絲炒冬瓜	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	綜合QQ湯圓	✓	✓	✓	✓
10/20	五	玉米脆片+鮮奶	白米飯	蔥爆豬柳	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	銀絲卷+米漿	✓	✓	✓	✓
10/23	一	漢堡+決明子茶		肉絲蛋炒飯		有機蔬菜	貢丸湯	時令水果	牛奶紅豆包+鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/24	二	雞絲麵	白米飯	毛豆燴蝦仁	三杯杏鮑菇	有機蔬菜	豆腐羹	時令水果	水煮蛋+麥茶	✓	✓	✓	✓
10/25	三	鮮奶饅頭+豆漿	地瓜飯	醬炒油豆腐	雙色花椰菜	有機蔬菜	金針菇蛋花湯	時令水果	八寶甜湯	✓	✓	✓	✓
10/26	四	叻仔魚粥		炒烏龍麵		有機蔬菜	山藥枸杞雞湯	時令水果	芋香饅頭+豆奶	✓	✓	✓	✓
10/27	五	玉米脆片+鮮奶	紫米飯	烤小翅腿	螞蟻上樹	有機蔬菜	黃瓜大骨湯	時令水果	乳酪蛋糕+決明子茶	✓	✓	✓	✓
10/30	一	黑糖饅頭+豆漿	白米飯	香煎鯛魚	魚板蒸蛋	有機蔬菜	金針花湯	時令水果	大滷麵	✓	✓	✓	✓
10/31	二	三明治+優酪乳	胚芽飯	馬鈴薯燉肉	炒豆干	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者：王老師  
 ☆本園一律使用「國產豬」及「本校未使用輻射污染食品」「使用新鮮現打國產蛋」

承辦人：

教保員王巧蘋

園主任：

教師兼歐恩兒  
 幼兒園主任

校長：

校長楊順宇