|  |
| --- |
| 新北市私立及人小學附設新北市私立幼兒園 110年10月 |
| 日期 | 星期 | 早 點 | 午 餐 | 午 點 | 餐 點 類 別 檢 核 |
| 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | 全穀根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 五 | 海苔壽司 | 香菇肉絲蛋炒飯、彩燴百頁 | 時令蔬菜 | 虱目魚丸湯 | 時令水果 | 黑糖饅頭 | v | v | v | v |
| 4 | 一 | 蔥花麵包 | 糙米飯 | 香酥雞米花 | 洋芋五丁 | 時令蔬菜 | 味噌湯 | 時令水果 | 茶葉蛋 | v | v | v | v |
| 5 | 二 | 營養餐包、牛奶 | 糙米飯 | 梅干細肉 | 彩燴海根 | 時令蔬菜 | 紫菜銀魚湯 | 時令水果 | 紫米麥片粥 | v | v | v | v |
| 6 | 三 | 蘿蔔糕 | 糙米飯 |  紅麴醬雞丁 | 香滷油豆腐 | 時令蔬菜 | 白玉湯 | 時令水果 | 綜合滷味 | v | v | v | v |
| 7 | 四 | 蔥油餅 | 糙米飯 |  昆布肉片 | 沙茶芹香干片 | 時令蔬菜 | 冬瓜蛤蜊湯 | 時令水果 | 香菇肉絲關麵廟 | v | v | v | v |
| 8 | 五 | 海苔壽司 | 糙米飯 | 蕃茄鮮菇丁 | 五彩帶絲 | 時令蔬菜 | 黃瓜芽湯 | 時令水果 | 鮮肉包 | v | v | v | v |
| 11 | 一 | 調 整 放 假 一 天 |
| 12 | 二 | 芋頭麵包、優酪乳 | 糙米飯 | 豆豉肉丁 | 雞絲洋芋脆片 | 時令蔬菜 | 榨菜肉絲湯 | 時令水果 | 香菇肉羹 | v | v | v | v |
| 13 | 三 | 蛋燒餅 | 糙米飯 | 南瓜白醬雞丁 | 醬料豆包 | 時令蔬菜 | 海根豆腐湯 | 時令水果 | 蓮子枸杞銀耳湯 | v | v | v | v |
| 14 | 四 | 飯糰 | 糙米飯 | 炸醬肉燥 | 紅絲炒飯 | 時令蔬菜 | 蕃茄豆腐湯 | 時令水果 | 綠豆地瓜甜湯 | v | v | v | v |
| 15 | 五 | 海苔壽司 | 糙米飯 | 醬冬瓜鳳梨雞丁 | 客家小炒 | 時令蔬菜 | 金針湯 | 時令水果 | 蔬菜包 | v | v | v | v |
| 18 | 一 | 椰子麵包 | 糙米飯 | 細肉蝦仁蒸蛋 | 三角薯餅 | 時令蔬菜 | 苦瓜梅菜湯 | 時令水果 | 漢堡 | v | v | v | v |
| 19 | 二 | 營養餐包、牛奶 | 糙米飯 | 洋芋鮮菇雞丁 | 白玉魚酥羹 | 時令蔬菜 | 海芽湯 | 時令水果 | 紅豆糯米桂園粥 |  |  |  |  |
| 20 | 三 | 蘿蔔糕 | 糙米飯 | 回鍋肉片 | 香滷四方干 | 時令蔬菜 | 白玉丸片湯 | 時令水果 | 香菇肉絲米粉湯 | v | v | v | v |
| 21 | 四 | 饅頭夾蛋 |  咖哩燴飯、螞蟻上樹 | 時令蔬菜 | 蓮藕湯 | 時令水果 | 鍋燒意麵 | v | v | v | v |
| 22 | 五 | 海苔壽司 | 水餃 | 酸辣湯 | 時令水果 | 鮮肉包 | v | v | v | v |
| 25 | 一 | 奶酥麵包 | 糙米飯 | 香酥雞米花 | 雞汁鳳尾筍 | 時令蔬菜 | 薑汁南瓜湯 | 時令水果 | 茶葉蛋 | v | v | v | v |
| 26 | 二 | 肉鬆麵包、優酪乳 | 糙米飯 | 海鮮燴肉片 | 燴料羅漢 | 時令蔬菜 | 紫菜蛋花湯 | 時令水果 | 細肉糙米粥 | v | v | v | v |
| 27 | 三 | 蛋燒餅 | 義大利肉醬麵、地瓜薯條 | 時令蔬菜 | 枸杞山藥湯 | 時令水果 | 綠豆米苔目 | v | v | v | v |
| 28 | 四 | 飯糰 | 糙米飯 | 白醬雙菇雞丁 | 彩燴木須 | 時令蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 | 雞茸玉米香菇粥 | v | v | v | v |
| 29 | 五 | 海苔壽司 | 糙米飯 | 玉米筍燴肉片 | 五位海唇 | 時令蔬菜 | 洋芋湯 | 時令水果 | 蔬菜包 | v | v | v | v |