

財團法人天主教方濟各會附設臺南市私立麻豆樂人幼兒園 112年10月份幼生菜單

※本園餐點採兩週輪替方式進行(單週:每月1.3.5週、雙週:每月2.4週)。

※餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。 ※蔬菜、水果以季節性出產品為主。

日期	上午點心		中午午餐		下午點心	
	餐點	食材	餐點	食材	餐點	食材
10/02 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶	芝麻飯	米+芝麻	蝦米米粉湯	蝦米 肉絲 米粉 韭菜
10/16 (一)			南瓜燒肉	肉絲+南瓜+油蔥酥		
10/30 (一)			新鮮蔬菜	高麗菜+香菇		
	紫菜蛋花湯	紫菜+蛋+蔥花				
			時令水果	香蕉🍌 蘋果🍏		
10/03 (二)	清粥小菜	白飯 海苔肉鬆 菜脯蛋	麥片飯	米+麥片	黑糖饅頭 冬瓜茶	黑糖饅頭 冬瓜茶
10/17 (二)			醬爆肉絲	香菇+肉絲+蔥段		
10/31 (二)			新鮮蔬菜	韭菜花+蛋		
			大黃瓜香菇丸湯	大黃瓜+香菇丸		
			時令水果	蘋果🍏 水梨		
10/04 (三)	雞絲麵	雞絲麵 白菜 火鍋丸 蛋	麥片飯	米+麥片	虱目魚粥	白飯 虱目魚 蒜頭酥
10/18 (三)			筍干爌肉	肉絲+筍乾+薑		
			新鮮蔬菜	小黃瓜+黑輪		
			豆腐味噌湯	豆腐+味噌+蔥花+小魚乾		
			時令水果	芭樂🍌 蘋果🍏		
10/05 (四)	鮪魚玉米粥	鮪魚 白飯 玉米粒 蛋	麥片飯	米+麥片	味噌拉麵	味噌 拉麵 肉絲 白菜 魚板
10/19 (四)			雙菇燒豆腐	豆腐+香菇+杏鮑菇+洋蔥+肉絲		
			新鮮蔬菜	洋蔥+蛋		
			白菜魚丸	白菜+魚丸		
			時令水果	香蕉🍌 芭樂🍌		
10/06 (五)	擔仔麵	肉絲 韭菜 關廟麵 蝦米	芝麻飯	米+芝麻	綠豆薏仁湯	綠豆 薏仁
10/20 (五)			客家小炒	豆干+絞肉+乾魷魚+豆鼓+蒜頭+芹菜		
			新鮮蔬菜	菜豆+秀珍菇		
			冬菜粉絲湯	冬粉+冬菜+肉絲		
			時令水果	蘋果🍏 水梨		
10/23 (一)	肉羹麵	肉羹丸 關廟麵 筍絲 蛋	芝麻飯	米+芝麻	榨菜肉絲麵	肉絲 榨菜絲 關廟麵
			蜜汁燒肉	蜜汁醬+肉絲+金針菇+蔥花		
			新鮮蔬菜	油菜+秀珍菇		
			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋		
			時令水果	蘋果🍏 香蕉🍌		
10/24 (二)	雲吞蛋花湯	雲吞 白菜 蛋	麥片飯	米+麥片	麵線糊	紅麵線 扁魚 魚羹 筍絲
			洋蔥雞柳	雞胸肉+洋蔥		
			新鮮蔬菜	冬白菜+扁魚+金珍菇		
			雞肉湯	醬瓜+雞胸肉		
			時令水果	芭樂🍌 蘋果🍏		
10/11 (三)	滑蛋麵線	麵線 蛋	麥片飯	米+麥片	鮮肉包 玉米濃湯 生日蛋糕	鮮肉包 玉米粒 馬鈴薯 洋蔥. 蛋 紅蘿蔔絲
10/25 (三)			木耳榨菜炒肉絲	木耳絲+榨菜絲+肉絲+蔥		
			新鮮蔬菜	絲瓜+蛋		
			白蘿蔔貢丸湯	白蘿蔔+貢丸+大骨		
			時令水果	蘋果🍏 水梨		
10/12 (四)	滑蛋肉絲鹹粥	白飯 蛋 肉絲 蔥花	鹹魚炒飯	白飯+鹹魚+高麗菜+肉絲+蛋+蔥	關東煮	白蘿蔔 香菇丸 黑輪 米血
10/26 (四)			花生大骨湯	大骨+花生+玉米塊+香菇+紅蘿蔔		
			時令水果	香蕉🍌 蘋果🍏		
10/13 (五)	水餃羹	水餃 筍絲 蛋	芝麻飯	米+芝麻	木耳甜湯	白木耳 枸杞 蓮子 紅棗
10/27 (五)			三杯雞腿肉	雞腿肉+杏鮑菇+九層塔+薑		
			新鮮蔬菜	青仁豆+紅蘿蔔丁+玉米粒+蛋		
			蛤蜊冬瓜湯	蛤蜊+冬瓜+薑絲		
			時令水果	蘋果🍏 芭樂🍌		

園長核章：

園長蘇慧雀

餐點設計:Lisa