

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 113 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。

※本校(園)一律使用國產豬

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
10/01 (二)	擔仔麵	肉絲 韭菜 關廟麵 蝦米	芝麻飯	米+芝麻	木耳甜湯	白木耳 枸杞 蓮子 紅棗
10/15 (二)			南瓜燒肉	肉絲+南瓜+油蔥酥		
10/29 (二)			新鮮蔬菜	油菜+秀珍菇		
			海帶芽味噌湯	海帶芽+味噌+豆腐+柴魚		
			時令水果	香蕉🍌 蘋果🍏		
10/02 (三)	皮蛋瘦肉粥	白飯 皮蛋 鹹蛋 肉絲 蔥花	麥片飯	米+麥片	奶黃包 冬奶	奶黃包 冬瓜茶 牛奶
10/16 (三)			壽喜燒	肉片+香菇+秀珍菇+百頁豆腐+壽喜燒醬		
10/30 (三)			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		
10/03 (四)	鍋燒意麵	意麵 白菜 火鍋丸 蛋	麥片飯	米+麥片	台式鹹粥	白飯 高麗菜 大骨湯 蝦米 肉絲
10/17 (四)			筍干燻肉	肉絲+筍乾+薑		
10/31 (四)			新鮮蔬菜	小黃瓜+杏鮑菇		
			豬血湯	豬血+韭菜+蔥花+酸菜絲		
			時令水果	芭樂🍌 蘋果🍏		
10/04 (五)	鮪魚玉米粥	鮪魚 白飯 玉米粒 蛋	芝麻飯	米+芝麻	味噌拉麵	味噌 拉麵 肉絲 白菜 魚板
10/18 (五)			雙菇燒豆腐	豆腐+香菇+杏鮑菇+洋蔥+肉絲		
			新鮮蔬菜	洋蔥+蛋		
			白菜餛飩湯	白菜+小餛飩		
			時令水果	香蕉🍌 芭樂🍌		
10/07 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶 吐司 牛奶	芝麻飯	米+芝麻	綠豆薏仁湯	綠豆 薏仁
10/21 (一)			蜜汁燒肉	蜜汁醬+肉絲+金針菇+蔥花		
			新鮮蔬菜	豆芽菜+韭菜		
			冬菜粉絲湯	冬粉+冬菜+肉絲		
			時令水果	蘋果🍏 水梨		
10/08 (二)	水餃羹	水餃 筍絲 蛋	芝麻飯	米+芝麻	水煎包 紫菜蛋花湯	水煎包 紫菜 雞蛋 蔥花
10/22 (二)			木耳榨菜炒肉絲	木耳絲+榨菜絲+肉絲+蔥		
			新鮮蔬菜	菜豆+秀珍菇		
			金針肉絲湯	金針花+肉絲		
			時令水果	蘋果🍏 香蕉🍌		
10/09 (三)	榨菜肉絲麵	榨菜絲 關廟麵 肉絲 蔥花	麥片飯	米+麥片	雞蓉玉米粥	雞肉 玉米 白飯 蛋 杯子蛋糕
10/23 (三)			洋蔥雞柳	雞胸肉+洋蔥		
			新鮮蔬菜	綠花椰菜+香菇		
			白菜豆腐湯	白菜+豆腐		
			時令水果	芭樂🍌 蘋果🍏		
	板條肉絲湯	板條 肉絲 蝦米 韭菜	麥片飯	米+麥片	麵線糊	雞絲麵 扁魚 魚羹 筍絲
10/24 (四)			紅燒獅子頭	肉丸+柴魚+醬油+洋蔥+太白粉		
			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		
10/11 (五)	蔬菜魚片粥	白飯 虱目魚片 薑絲 芹菜	鹹魚炒飯	白飯+鹹魚+高麗菜+肉絲+蛋+蔥	水煮蛋 白菜魚丸湯	蛋 白菜 小魚丸
10/25 (五)			花生大骨湯	大骨+花生+玉米粒+香菇+紅蘿蔔		
			時令水果	香蕉🍌 蘋果🍏		
10/14 (一)	枸杞雞蛋麵	麵線 雞蛋 枸杞	芝麻飯	米+芝麻	小雞塊 玉米濃湯	小雞塊 玉米粒 馬鈴薯 紅蘿蔔 洋蔥. 蛋
10/28 (一)			醬爆肉絲	香菇+肉絲+蔥段		
			新鮮蔬菜	高麗菜+香菇		
			蛤蜊冬瓜湯	蛤蜊+冬瓜+薑絲		
			時令水果	蘋果🍏 芭樂🍌		

園長核章：



餐點設計:Lisa