



臺北市仁愛國小附設幼兒園點心午餐調配表



112 學年第 1 學期 10 月份

日期	星期	上午點心	午 餐	水果	下午點心
10/2	一	超軟白吐司 光泉豆漿	五穀飯 京醬肉絲 日式蒸蛋 炒青江菜 海帶芽湯	當令水果	紅豆湯
10/3	二	什錦冬粉湯	紅藜飯 滷雞腿 清炒蚵白菜 番茄炒蛋 鮮菇湯		黑糖仙草
10/4	三	玉米脆片 光泉鮮奶	炒烏龍麵 豆芽菜 滷蛋 貢丸湯		全麥起司饅頭 蜂蜜茶
10/5	四	青菜餛飩湯	紫米飯 馬鈴薯燒肉 薑汁川朵 清炒莧菜 香菇雞湯		中華愛玉
10/6	五	田園起司麵包 光泉米漿	地瓜飯 茄汁雞肉 玉米炒蛋 蒜炒大陸妹 蘿蔔排骨湯		鍋貼 麥茶

10/9-10/10 國慶日連假

10/11	三	蘿蔔糕 豆漿	奶油雞肉義大麵 滷蛋 雙色花椰菜 南瓜濃湯	當令水果	乳酪蔓越莓饅頭 光泉米漿
10/12	四	雞絲麵	五穀飯 蔥燒魚 日式蒸蛋 清炒小松菜 蕃茄蛋花湯		地瓜甜湯
10/13	五	軟式香蒜 光泉豆漿	紫米飯 蒜泥白肉 千貝冬瓜 炒地瓜葉 蘿蔔大骨湯		中華豆花
10/16	一	小麥吐司 光泉優酪乳	地瓜飯 紅燒梅花肉 吻魚蒸蛋 蒜炒空心菜 栗子雞湯		冰鎮銀耳湯
10/17	二	魚片粥	五穀飯 打拋豬 蝦仁炒蛋蒜 清炒小松菜 魚丸湯		黑糖仙草
10/18	三	燒餅夾蛋 豆米漿	蛋炒飯 滷海帶結 雙色花椰菜 味噌湯		光泉鮮奶酪
10/19	四	雞絲蛋麵	紅藜飯 清蒸鱈魚 紅燒油豆腐 蒜香蚵白菜 紫菜蛋花湯		全麥地瓜饅頭 麥茶
10/20	五	蛋餅 豆米漿	紫米飯 咖哩雞 土魠魚蒜香 空心菜 海帶芽湯		鍋貼 冬瓜茶
10/23	一	超軟白吐司 光泉豆漿	五穀飯 燉肉片 吻魚莧菜 紅蘿蔔炒蛋 山藥湯		牛奶花生湯
10/24	二	小米粥 肉鬆	地瓜飯 香煎鮭魚 蕃茄炒蛋 什錦三菇 貢丸湯		八寶粥
10/25	三	饅頭夾蛋 米漿	水餃 滷翅腿 鮮炒什蔬豆腐 鯛魚味噌湯		綠豆湯
10/26	四	蔬菜烏龍麵	紅藜飯 洋芋燒肉 韭菜甜不辣 蒜炒小白菜 佛手瓜雞湯		黑糖饅頭 麥茶
10/27	五	核桃蔓越莓乳酪歐包 光泉豆漿	摩斯漢堡 雞塊 清炒小松菜 味噌蛋花湯		中華愛玉
10/30	一	玉米脆片 光泉鮮奶	紫米飯 照燒雞翅腿 咖哩豆腐煲 炒青江菜 黃豆排骨湯		小米甜粥
10/31	二	香菇鹹粥	地瓜飯 茄汁雞肉 韭菜烘蛋 蒜炒地瓜葉 鮮筍湯		牛奶起司饅頭 光泉米漿

菜單設計：李婕寧

園主任：陳盈好

校長：楊柳淳

*本園餐點一律使用國產豬肉、牛肉食材。