

臺南市私立法王子托嬰中心 108 學年度第一學期 10 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
1	二	吐 司	洋蔥蕃茄雞蛋麵 當季水果	雞蛋糕+ 麥茶	麵條、雞蛋糕	雞蛋、肉絲	蕃茄、洋蔥、 青菜、青蔥	蘋果
2	三		肉燥飯 蕃茄蔬菜湯 當季水果 有機時蔬	西米露	米飯、西米露	絞肉	綜合時蔬、蕃茄、 洋蔥	小蕃茄
3	四		什錦蔬菜粥 當季水果	黑糖饅頭+ 牛奶	饅頭、粥	肉絲、牛奶	三色蔬菜、香菇、 白菜、芹菜、番茄、 蘑菇	芭樂
4	五		雞肉燉飯 香菇湯 當季水果	雞蛋麵線	米飯、馬鈴 薯、麵線	雞肉、雞蛋	青菜、香菇、 紅蘿蔔、洋蔥	木瓜
5	六		南瓜炒飯 豆腐蛋花湯 當季水果	蔬菜丸子+ 菊花茶	米、南瓜	雞蛋、豆腐	洋蔥、香菇、 玉米筍、蔬菜丸子	蘋果
7	一	吐 司	馬鈴薯燴飯 蔬菜什錦湯 當季水果	牛奶麵包 +洛神花	米飯、麵包 馬鈴薯	牛奶雞蛋	翡翠、蔬菜 蕃茄、洋蔥	小蕃茄、洛神 花
8	二		什錦鮮菇烏龍麵 當季水果	水煮蛋+ 決明子	麵條、決明子	雞蛋、肉絲	杏鮑菇、秀珍菇、 青菜、木耳	香蕉
9	三		海帶滷肉飯 養生排骨湯 當季水果 有機蔬食	喜瑞兒+ 牛奶	馬鈴薯、麥片	肉燥、排骨、 牛奶	白蘿蔔、排骨、枸 杞、蔥、洋蔥、海 帶	火龍果
14	一	吐 司	香椿蛋炒飯 五色蔬菜湯 當季水果	葡萄乾麵包 +豆漿	米飯、麵包	雞蛋、豆漿	香椿、三色蔬菜、 木耳、菇類	芭樂
15	二		什錦鍋燒意麵 當季水果	果醬吐司+ 酸梅汁	意麵、 果醬吐司	肉絲、蝦仁、 魚板、雞蛋	蔥、高麗菜	蘋果

16	三	吐 司	油豆腐香菇肉燥 香菇瓜仔雞湯 有機時蔬 當季水果	仙草蜜	米飯	絞肉、雞肉 油豆腐、吻仔 魚	香菇、脆瓜、蒜、 蔥、洋蔥	小蕃茄
17	四		吻仔魚蔬菜粥 當季水果	芋頭包+ 冬瓜茶	米、芋頭包	肉絲、雞蛋	蔬菜、洋蔥、時菇	柿子、枸杞 紅棗
18	五		什錦燴飯 玉米豬肉湯 當季水果	冬菜冬粉湯	米飯、玉米、 馬鈴薯	排骨、豬肉	洋蔥、青菜、 花椰菜	木瓜
21	一	吐 司	南瓜炒飯 什錦蔬菜湯 當季水果	養生麵包+ 養生茶	米飯、麵包、 南瓜	雞蛋、牛奶	洋蔥、蔥、蔬菜、 紅蘿蔔	葡萄
22	二		炒日式烏龍麵 當季水果	關東煮	麵條、玉米、 甜不辣	豬肉、雞蛋	海苔、洋蔥、 紅蘿蔔	香蕉
23	三		蕃茄蘿蔔燉豬肉 蔬菜豬肉湯 有機時蔬 當季水果	養生芝麻糊	米飯	豬肉大骨	蕃茄、紅蘿蔔、蔬 菜、洋蔥	蘋果
24	四		洋菇蔬菜雞肉粥 當季水果	有機饅頭+ 洛神茶	粥、饅頭	雞肉	洋菇、高麗菜、豌 豆、洋蔥、甜椒	香蕉、洛神花
25	五		白汁雞肉義大利麵 玉米濃湯 當季水果	水煎包+ 決明子	麵條、玉米	雞肉、雞蛋	奶油醬汁、洋蔥、 三色豆	芭樂
28	一	吐 司	時蔬蛋炒飯 黃瓜蔬菜湯 當季水果	牛角麵包+ 麥茶	米飯、麵包 玉米、麥	雞蛋、肉絲	黃瓜、高麗菜、 香菇、洋蔥	小蕃茄
29	二		榨菜肉絲麵 當季水果	雞蛋糕+ 冬瓜茶	麵條、雞蛋糕	肉絲	榨菜、蔬菜、 紅蘿蔔、冬瓜	木瓜
30	三		洋蔥豬肉燴飯 百菇湯 有機時蔬 當季水果	紅棗銀耳湯	米飯	豬肉、雞蛋	洋蔥、蔬菜、 綜合菇、蔥、 白木耳	芭樂
31	四		廣東粥 當季水果	五穀饅頭+ 麥茶	粥、麥	蝦米	高麗菜、紅蘿蔔、 乾香菇、蔥、薑	香蕉

以上菜單會因應季節而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》