

臺南市私立法王子托嬰中心 109 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
5	一	吐司	夏威夷炒飯 蕃茄蛋花湯 當季水果	鮮奶麵包 養生茶	米飯、麵包	肉絲、蛋 、豆腐	鳳梨、香菇、豌豆、 洋蔥、甜椒、蕃茄	香蕉、枸杞
6	二		海鮮滑蛋麵 當季水果	旗魚黑輪	麵條	花枝、蝦仁、 雞蛋、旗魚	三色蔬菜、香菇、 洋蔥、蘑菇	芭樂
7	三		彩椒滷肉飯 玉米肉片湯 當季水果 有機時蔬	綠豆湯	米飯、 玉米、綠豆	滷肉、肉片	彩椒、時蔬、 香菇、洋蔥	木瓜
8	四		時蔬肉片雞蛋粥 當季水果	黑糖饅頭 冬瓜茶	米飯、 饅頭	肉片、雞蛋	洋蔥、高麗菜 、香菇、時蔬	葡萄
12	一	吐司	黃金南瓜蛋炒飯 養生藥膳湯 當季水果	蜂蜜蛋糕 洛神花茶	米飯、南瓜、 蛋糕	豬肉	時蔬、洋蔥、 洛神花	木瓜
13	二		日式涼麵 味噌豆腐蛋花湯 當季水果	果醬吐司 牛奶	麵條、吐司 、味噌	牛奶、豬肉、 蛋、豆腐	時蔬、小黃瓜	蘋果
14	三		瓜仔肉燥飯 大黃瓜貢丸湯 當季水果 有機時蔬	黑糖粉圓	米飯、瓜仔 、粉圓	肉燥	時蔬、香菇、 大黃瓜、綜合蔬菜	香瓜
15	四		雞肉高麗菜粥 當季水果	紅豆饅頭 牛蒡茶	米飯、玉米、 紅豆、饅頭	雞肉	高麗菜、洋蔥、 紅蘿蔔、牛蒡	芭樂
16	五		蘿蔔燉豬肉飯 日式海帶芽湯 當季水果 有機時蔬	麥片牛奶	米飯、麥片	蛋、牛奶 、肉絲	蕃茄、蘿蔔、 時蔬、洋蔥、海帶	葡萄
19	一	吐司	毛豆黃金炒飯 養生牛蒡雞湯 當季水果	芋頭包 杏仁茶	米、芋頭包、 牛蒡、杏仁	雞肉、蛋	蔬菜、洋蔥、毛豆	香蕉

20	二	吐 司	藥膳豬肉湯麵 當季水果	水煮蛋 菊花茶	麵	豬肉、蛋	白蘿蔔、時蔬、 、菊花	水梨
21	三		筍絲滷肉飯 香菇瓜仔雞湯 當季水果 有機食蔬	仙草蜜	米飯	雞肉、滷肉	洋蔥、筍絲、蔬菜、 香菇、仙草	柳丁
22	四		吻仔魚玉米蔬菜粥 當季水果	銀絲卷 豆漿	米飯、銀絲卷 、玉米	吻仔魚、肉、 豆漿	洋蔥、蔬菜	香瓜
23	五		紅醬義大利麵 南瓜濃湯 當季水果	薏仁湯	麵條、薏仁、 南瓜	豬肉	紅蘿蔔、洋蔥 、蕃茄	葡萄
26	一	吐 司	香椿菇菇炒飯 洋蔥雞湯 當季水果	肉鬆麵包 牛奶	飯、麵包	牛奶、肉絲	杏鮑菇、秀珍菇、 香椿、木耳、洋蔥	香蕉
27	二		什錦鮮菇烏龍麵 當季水果	雞蛋糕 麥茶	麵條、麥	豬肉	洋蔥、菇類 、時蔬	蘋果
28	三		醬燒菇菇豬肉飯 蕃茄蔬菜湯 當季水果 有機時蔬	銀耳紅棗湯	米飯、麵包	豬肉	時蔬、木耳、菇類、 蕃茄、銀耳	芭樂、紅棗
29	四		養生菇粥 當季水果	小籠包 黃金柚子茶	米飯、麵粉	肉絲、豬肉	菇、時蔬、紅蘿蔔	水梨、柚子
30	五		日式海鮮飯 金針肉絲湯 當季水果	芝麻糊	米飯、芝麻	絞肉、肉絲 花枝、蝦仁	香菇、蘿蔔、 洋蔥、金針	木瓜

以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》