

臺南市私立法王子托嬰中心 110 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	五	吐司	日式海鮮飯 金針肉絲湯 當季水果	養生麵線湯	飯、麵線	雞肉、雞蛋、 蝦仁、花枝	金針、高麗菜、枸 杞	當季水果
4	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	當季水果
5	二		雞肉滑蛋麵 當季水果	車輪餅 黃金柚子茶	麵條、車輪餅	雞肉、雞蛋	三色蔬菜、香菇、 洋蔥、蘑菇	當季水果
6	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	當季水果
7	四		時蔬雞肉粥 當季水果	黑糖饅頭 冬瓜茶	米飯、 饅頭	雞肉、雞蛋	洋蔥、高麗菜 、香菇、時蔬	當季水果
8	五		炸醬乾麵 紫菜蛋花湯 當季水果	關東煮	麵條	豆干、雞蛋、 肉燥、黑輪	紫菜、時蔬 、白蘿蔔	當季水果
12	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	當季水果
13	三	瓜仔肉燥飯 大黃瓜貢丸湯 當季水果 有機時蔬	黑糖山粉圓	米飯、瓜仔 、山粉圓	肉燥	時蔬、香菇、 大黃瓜、綜合蔬菜	當季水果	
14	四	雞肉高麗菜粥 當季水果	芋頭饅頭 牛蒡茶	米飯、玉米、 芋頭、饅頭	雞肉	高麗菜、洋蔥、 紅蘿蔔、牛蒡	當季水果	
15	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	當季水果	

18	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	當季水果
19	二		藥膳豬肉湯麵 當季水果	水煮蛋 菊花茶	麵	豬肉、蛋	菊花、時蔬 、白蘿蔔	當季水果
20	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	當季水果
21	四		叻仔魚玉米蔬菜粥 當季水果	銀絲卷 豆漿	米飯、銀絲卷 、玉米	叻仔魚、肉、 豆漿	洋蔥、蔬菜	當季水果
22	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	蕃茄、洋蔥 、紅蘿蔔	當季水果
25	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	當季水果
26	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	當季水果
27	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	當季水果
28	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	當季水果
29	五		咖哩雞肉飯 金針肉絲湯 當季水果	芝麻糊	米飯、芝麻	雞肉、肉絲	香菇、紅蘿蔔、 洋蔥、金針 、馬鈴薯	當季水果

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》