

苗栗縣私立佳佳幼兒園 113 年 10 月 餐點表

	早點	午餐					午點	餐點類別檢核				
日期	點心	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果	下午點心	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	饅頭、牛奶	高麗菜肉絲炒麵(高麗菜、香菇、豬肉)			季節時蔬 根莖葉菜類	絲瓜湯	當季鮮果	青菜滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
2	肉絲湯麵	白米飯	菇菇豆干肉燥	蒸蛋		蔬菜九片湯	當季鮮果	養生地瓜湯	✓	✓	✓	✓
3	草莓吐司、豆漿	什錦炒飯(白飯、肉絲、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔、香菇絲)				金針湯	當季鮮果	湯米粉	✓	✓	✓	✓
4	丸片湯麵	糙白米飯	小黃瓜雞丁	炒豆干		味噌湯	當季鮮果	嫩仙草	✓	✓	✓	✓
5												
6												
7	魚片粥	白米飯	瓜仔肉燥	銀芽白干絲	季節時蔬 根莖葉菜類	綜合菇菇湯	當季鮮果	綠豆西米露	✓	✓	✓	✓
8	饅頭、牛奶	肉絲炒麵(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、豬肉)				玉米濃湯	當季鮮果	絲瓜麵條	✓	✓	✓	✓
9	南瓜粥	糙白米飯	鯊魚豆腐燒	蘿蔔滷豆輪		蔬菜湯	當季鮮果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
10		國慶日放假										
11	麵線羹	白米飯	杏鮑菇雞丁	螞蟻上樹		海帶銀魚湯	當季鮮果	魚片滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
12												
13												
14	丸片粥	白米飯	冬瓜滷肉	麻婆豆腐	季節時蔬 根莖葉菜類	蘿蔔大骨湯	當季鮮果	紅豆珍珠	✓	✓	✓	✓
15	饅頭、牛奶	什錦香蔥炒米粉(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、豬絞肉)				蔬菜九片湯	當季鮮果	雞茸玉米粥	✓	✓	✓	✓
16	米粉湯	糙白米飯	糖醋魚片	洋蔥炒蛋		紫菜蛋花湯	當季鮮果	仙草粉條	✓	✓	✓	✓
17	草莓吐司、豆漿	肉羹飯(木耳、金針菇、肉羹、香菇絲)				味噌豆腐湯	當季鮮果	滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
18	叻仔魚粥	白米飯	醬燒馬鈴薯雞丁	三杯鮑菇		海帶湯	當季鮮果	慶生會	✓	✓	✓	✓
19												
20												
21	高麗菜粥	白米飯	豆干丁肉燥	煎豆腐	季節時蔬 根莖葉菜類	金針湯	當季鮮果	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
22	饅頭、牛奶	肉末豆干炒麵(黃麵、紅蘿蔔、肉末、豆干)				冬瓜大骨湯	當季鮮果	雞丁芋頭粥	✓	✓	✓	✓
23	皮蛋瘦肉粥	糙白米飯	三色豆肉末	玉米炒蛋		蔬菜豆腐湯	當季鮮果	紅豆麥片	✓	✓	✓	✓
24	草莓吐司、豆漿	咖哩雞飯(白飯、雞肉、洋蔥、紅蘿蔔)				玉米濃湯	當季鮮果	肉絲湯麵	✓	✓	✓	✓
25	絲瓜麵條	白米飯	照燒雞丁	蔥爆豆腐		蔬菜湯	當季鮮果	養生地瓜湯	✓	✓	✓	✓
26												
27												
28	丸片粥	白米飯	梅干肉燥	花椰菜炒木耳	季節時蔬 根莖葉菜類	蘿蔔大骨湯	當季鮮果	綠豆麥片	✓	✓	✓	✓
29	饅頭、牛奶	水餃				蘿蔔丸片湯	當季鮮果	南瓜粥	✓	✓	✓	✓
30	麵線羹	白米飯	豆腐煲雞丁	蒸蛋		味噌湯	當季鮮果	紅豆紫米	✓	✓	✓	✓
31	草莓吐司、豆漿	高麗菜豆皮炒飯(高麗菜、豆皮、紅蘿蔔、肉末)				海帶銀魚湯	當季鮮果	蘿蔔糕	✓	✓	✓	✓

※本園一律使用國產豬肉食材。

※當天食材如有幼兒對食物過敏者，請事先告知老師。

※菜色以當日新鮮食材為主，餐點上會稍微異動。