財團法人天主教會嘉義教區附設雲林縣私立聖愛幼兒園

113 學年度第一學期 113 年 10月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午 餐 | 當季  水果 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 二 | 竹筍香菇鹹粥 | 白飯 豬肉鮮蔬咖哩 香芹丸子湯 | 水果 | 餐包 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 2 | 三 |  | 颱 風 假 |  |  | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 3 | 四 |  | 颱 風 假 |  |  | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 4 | 五 | 鍋燒意麵 | 白飯、香菇丸魯肉、彩椒炒油豆腐、南瓜湯 | 水果 | 鮪魚粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 7 | 一 | 蔬菜湯餃 | 白飯、瓜仔肉、青翠時蔬、薑絲海帶芽湯 | 水果 | 草莓吐司 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 8 | 二 | 鍋燒意麵 | 白飯、紅燒雞肉、青翠時蔬、野菇味噌湯 | 水果 | 黑糖粉園 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 9 | 三 | 白粥 麵筋 | 火腿玉米蛋炒飯 金針排骨湯蔬 | 水果 | 青蔥麵線 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 10 | 四 |  | 雙 十 節 |  |  |  |  |  |  |
| 11 | 五 | 雞絲湯蛋麵 | 白飯、木耳炒蛋、油豆腐魯肉、金針肉絲湯 | 水果 | 冬瓜珍珠 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 14 | 一 | 銀絲卷 紅棗茶 | 白飯、醬燒杏鮑菇、青翠時蔬、紫菜蛋花湯 | 水果 | 花生豆花 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 15 | 二 | 莧菜吻仔魚粥 | 白飯、紅燒豆腐、古早味菜脯蛋、青菜蛋花湯 | 水果 | 餐包 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 16 | 三 | 滑蛋麵線 | 白飯、京醬肉絲、青翠時蔬、味噌湯 | 水果 | 絲瓜雞蛋麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 17 | 四 | 什錦麥片  牛奶 | 白飯、雞肉咖哩、青菜豆腐湯 | 水果 | 陽春麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 18 | 五 | 雞肉蘑菇濃湯 | 白飯、打拋肉絲、白菜滷、番茄蛋花湯 | 水果 | 油豆腐紛絲湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 21 | 一 | 黑糖饅頭 麥茶 | 白飯、糖醋甜不辣、青翠時蔬、蒜頭雞湯 | 水果 | 小米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 22 | 二 | 竹筍香菇鹹粥 | 水餃、酸辣湯 | 水果 | 水果茶、  餐包 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 23 | 三 | 鮮菇玉米濃湯 | 白飯、梅干滷肉、脆炒海帶根、冬瓜蛤蠣湯 | 水果 | 綠豆薏仁湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 24 | 四 | 韭菜蘿蔔糕湯 | 香菇肉羹麵、滷蛋 | 水果 | 古早味鹹粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 25 | 五 | 草莓吐司  紅棗茶 | 白飯、麻婆豆腐、玉米胡蘿蔔炒蛋 、竹筍排骨湯 | 水果 | 仙草蜜 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 28 | 一 | 饅頭 枸茍茶 | 白飯、豆皮炒鮮蔬、香菇滷麵腸、南瓜湯 | 水果 | 茶葉蛋、  冬瓜茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 29 | 二 | 皮蛋瘦肉粥 | 白飯、馬鈴薯滷肉、青翠時蔬、小魚乾莧菜湯 | 水果 | 芋頭西米露 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 30 | 三 | 雞絲蔬菜湯麵 | 白飯、蔥燒土拓魚、菇菇炒南瓜、榨菜肉絲湯 | 水果 | 檸矇愛玉 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 31 | 四 | 廣東粥 | 茄汁義大利肉醬麵、炸雞塊、玉米濃湯 | 水果 | 紅豆紫米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| ◎食材來源一律使用國產豬肉(當天市場採購溫體豬肉)  ◎每日餐點均含全榖雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，但必要時會有適時變動。  ◎ 響應世界地球日，全球蔬食一日計畫，週一:蔬食料理，無肉日  ◎ 菜單同步公告於「聖愛幼兒園」網站 | | | | | | | | | |