

◎新北市昌平非營利幼兒園(委託財團法人三之三生命教育基金會辦理) 112年10月份菜單

日期	早點	午 餐					水果	午點	餐點類別檢核表			
		主食	主菜	副菜一	副菜二	湯			全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
2<一>	玉米脆片+牛奶	香Q紫米飯	紅燒獅子頭	火腿玉米炒蛋	有機時蔬	金針排骨湯	每 日 均 提 供 當 季 水 果	肉燥擔仔麵	v	v	v	v
3<二>	清粥小菜	香Q白米飯	香滷棒棒腿	醬燒豆腐	有機時蔬	健康蕃茄湯		慶生會+冬瓜檸檬茶	v	v	v	v
4<三>	小紅豆包+豆漿	美味水餃			有機時蔬	貢丸湯		起司蛋餅	v	v	v	v
5<四>	什錦冬粉	香Q紫米飯	香菇肉燥	芹菜炒香腸	有機時蔬	豆腐味增湯		紅豆湯	v	v	v	v
6<五>	小地瓜包+米漿	香Q白米飯	橙汁果香雞球	豆薯炒蛋	有機時蔬	肉羹湯		高麗菜鹹粥	v	v	v	v
9<一>	雙十節放假一天											
10<二>	雙十節放假一天											
11<三>	小芝麻包+豆漿	什錦炒麵			有機時蔬	三絲湯		蔬菜意麵	v	v	v	v
12<四>	米苔目湯	香Q紫米飯	三色豆炒雞丁	什錦百頁豆腐	有機時蔬	蘿蔔大骨湯		奶酥吐司+麥茶	v	v	v	v
13<五>	小黑糖小饅頭+米漿	香Q白米飯	沙茶豬肉	黃瓜炒花枝	有機時蔬	竹筍大骨湯		魚片粥	v	v	v	v
16<一>	五彩球+牛奶	香Q紫米飯	醬汁燒肉	滑嫩蒸蛋	有機時蔬	紫菜蛋花湯		雞絲麵	v	v	v	v
17<二>	滑蛋肉粥	香Q白米飯	茄汁雞肉	無辣麻婆豆腐	有機時蔬	冬瓜排骨湯		地瓜西米露	v	v	v	v
18<三>	小鮮肉包+豆漿	香噴噴咖哩飯			有機時蔬	玉米大骨湯		關東煮	v	v	v	v
19<四>	餛吞湯	香Q紫米飯	紅燒豬肉	五香豆干滷味	有機時蔬	酸辣湯		綠豆薏仁湯	v	v	v	v
20<五>	小雞蛋饅頭+米漿	香Q白米飯	馬鈴薯炒雞腿	大黃瓜炒貢丸	有機時蔬	榨菜肉絲湯		香菇肉粥	v	v	v	v
23<一>	小兔包+豆漿	香Q紫米飯	功夫豬肉塊	薑絲炒木耳	有機時蔬	香菇雞湯		水煮玉米	v	v	v	v
24<二>	山藥雞肉粥	香Q白米飯	三杯雞肉	炒甜不辣	有機時蔬	冬瓜排骨湯		起司吐司+冬瓜茶	v	v	v	v
25<三>	小奶皇包+米漿	番茄肉醬螺旋麵			有機時蔬	玉米濃湯		香煎蘿蔔糕	v	v	v	v
26<四>	肉羹米粉	香Q紫米飯	梅花豬肉油豆腐	菇菇花椰菜	有機時蔬	蔬菜羅宋湯		大腸麵線	v	v	v	v
27<五>	小牛奶饅頭+薏仁漿	番茄蛋炒飯			有機時蔬	山藥雞肉湯		小餐包+麥茶	v	v	v	v
30<一>	小芋頭包+豆漿	香Q紫米飯	香酥魚排	草菇炒冬瓜肉片	有機時蔬	酸菜魚湯		烏龍麵	v	v	v	v
31<二>	玉米濃湯	香Q白米飯	嫩煎雞腿	清炒桂竹筍	有機時蔬	青菜豆腐湯	黑糖豆花	v	v	v	v	

* 本園未使用輻射污染食品

* 本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，由豐得國際實業供應商採買。本公告當月菜單，本園所保有最後修改調整之權利

* 餐點規劃參照「幼兒園餐點食物內容及營養基準及食譜範例」

