



桃園市私立艾力豪幼兒園 10月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐				下午點心	每日食物類別一覽表 (可寫明各食物類別份數或以符號表示是否提供)			
			主食	主菜	副菜	湯		全穀根莖類 (全穀雜糧類)	豆魚肉蛋類 (豆魚蛋肉類)	蔬菜類	水果類
1	二	時令水果	紫米飯	麵輪燒肉	時鮮蔬菜	紫菜蛋花湯	蒸地瓜	√	√	√	√
2	三	時令水果	白米飯	肉羹蔬菜燴飯		薑絲菇菇湯	雞蛋麵線	√	√	√	√
3	四	時令水果	白米飯	洋蔥雞丁	時令蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	蘿蔔糕湯	√	√	√	√
4	五	時令水果	麵食	酸辣湯餃			小肉包	√	√	√	√
7	一	時令水果	糙米飯	馬鈴薯燉肉	時令蔬菜	山藥湯	綠豆湯	√	√	√	√
8	二	時令水果	白米飯	咖哩雞肉飯	時令蔬菜	紫菜湯	草莓吐司	√	√	√	√
9	三	慶生蛋糕	麵食	海鮮湯麵			關東煮	√	√	√	√
10	四	雙十佳節									
11	五	時令水果	麵食	番茄義大利麵		玉米濃湯	QQ圓豆花				
14	一	時令水果	白米飯	蘿蔔滷肉	時令蔬菜	味噌豆腐湯	蒸地瓜	√	√	√	√
15	二	時令水果	五穀飯	醋溜魚片	時令蔬菜	玉筍鮮菇湯	原味小餐包	√	√	√	√
16	三	時令水果	米食	香腸蛋炒飯		酸辣湯	水煮玉米	√	√	√	√
17	四	時令水果	紫米飯	蘿蔔燒雞	時令蔬菜	青菜豆腐湯	雞蛋冬粉	√	√	√	√
18	五	時令水果	白米飯	肉末燴豆腐	時令蔬菜	吻仔魚莧菜湯	蘋果麵包	√	√	√	√
21	一	時令水果	麵食	金瓜炒米粉		馬鈴薯紅蘿蔔湯	蛋餅	√	√	√	√
22	二	時令水果	白米飯	玉米雞茸	時令蔬菜	番茄蛋花湯	黑糖西米露	√	√	√	√
23	三	時令水果	白米飯	炒雞胸肉	時令蔬菜	酸菜豬血湯	水煮蛋	√	√	√	√
24	四	時令水果	白米飯	小黃瓜涼拌雞絲	時令蔬菜	薑絲魚片湯	蘋果麵包	√	√	√	√
25	五	時令水果	麵食	番茄肉醬義大利麵		玉米濃湯	肉包	√	√	√	√
28	一	時令水果	咖哩飯	馬鈴薯燉肉	時令蔬菜	黃瓜排骨湯	八寶粥	√	√	√	√
29	二	時令水果	白米飯	煮雞柳	時令蔬菜	金針菇湯	麵線羹	√	√	√	√
30	三	時令水果	麵食	香菇肉羹麵			花生吐司	√	√	√	√
31	四	時令水果	白米飯	肉燥蒸蛋	時令蔬菜	冬瓜湯	煎蘿蔔糕	√	√	√	√

