



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 (豆魚肉蛋類)	蔬菜類	水果類
1	四	時令水果	白米飯	香菇肉燥	時令蔬菜	山藥排骨湯	原味小餐包	✓	✓	✓	✓
2	五	時令水果	麵食	炒米粉		丸子湯	水煮蛋	✓	✓	✓	✓
5	一	時令水果	白米飯	蔬菜蛋炒飯		牛蒡湯	蒸地瓜	✓	✓	✓	✓
6	二	時令水果	五穀飯	馬鈴薯燉肉	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	肉包	✓	✓	✓	✓
7	三	慶生蛋糕	麵食	客家湯粿條			白吐司	✓	✓	✓	✓
8	四	時令水果	白米飯	洋蔥炒肉絲	時令蔬菜	豆腐海帶湯	水煮玉米	✓	✓	✓	✓
12	一	時令水果	糙米飯	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	白蘿蔔湯	紅豆 QQ 湯	✓	✓	✓	✓
13	二	時令水果	白米飯	豬肉什錦燴飯			白饅頭	✓	✓	✓	✓
14	三	時令水果	五穀飯	木耳炒肉絲	時令蔬菜	大骨金針湯	豆花	✓	✓	✓	✓
15	四	時令水果	麵食	酸辣湯餃			蔥抓餅	✓	✓	✓	✓
16	五	時令水果	白米飯	綜合滷味	時令蔬菜	肉絲湯	黑糖饅頭	✓	✓	✓	✓
19	一	時令水果	紫米飯	糖醋雞丁	時令蔬菜	味噌豬肉湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
20	二	時令水果	糙米飯	毛豆炒肉末	時令蔬菜	薑絲菇菇湯	蒸南瓜	✓	✓	✓	✓
21	三	時令水果	白米飯	螞蟻上樹	時令蔬菜	羅宋湯	關東煮	✓	✓	✓	✓
22	四	時令水果	麵食	義大利麵			全麥土司	✓	✓	✓	✓
23	五	時令水果	紫米飯	竹筍炒肉絲	時令蔬菜	排骨玉米湯	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
27	二	時令水果	白米飯	咖哩雞肉飯		豆腐蛋花湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
28	三	時令水果	糙米飯	醬燒魚片	時令蔬菜	青菜魚干湯	麵線蛋	✓	✓	✓	✓
29	四	時令水果	麵食	肉絲湯米苔目			芋香小饅頭	✓	✓	✓	✓
30	五	時令水果	白米飯	豆腐燴絞肉	時令蔬菜	白蘿蔔排骨湯	蔬菜鹹粥	✓	✓	✓	✓