

臺北市內湖區西湖國小附設幼兒園113學年第1學期10月餐點表

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | | | | | | 下午點心 |
|-------|----|---------------|-----------|--------|-----------|------|--------|-----|------------------|
| | | | 主食 | 主菜 | 副菜 | 有機蔬菜 | 湯品 | 附餐 | |
| 10/1 | 二 | 高麗菜雞肉粥 | 豬肉炒麵 | 三杯土魷魚 | 紅燒麵輪 | 小白菜 | 干貝味噌湯 | 木瓜 | 八寶粥 |
| 10/2 | 三 | 馬來糕(蛋)、麥茶 | 白米飯 | 番茄燉雞 | 塔香杏鮑菇 | 空心菜 | 黑糖地瓜甜湯 | 火龍果 | 油豆腐湯 |
| 10/3 | 四 | 日式烏龍湯麵 | 紫米飯 | 沙茶肉片 | 蒜炒韭菜豆芽 | 高麗菜 | 鮮菇扁蒲湯 | 鳳梨 | 手工小肉餡餅、低糖豆漿 |
| 10/4 | 五 | 玉米煎餅、冬瓜茶 | 古早味油飯(蝦) | 塔香雞排 | | 菠菜 | 榨菜粉絲湯 | 番石榴 | 什錦果麥鮮奶酪 |
| 10/7 | 一 | 鮮肉珍珠丸、燕麥奶 | 芝麻飯 | 冬瓜燒肉 | 馬鈴薯炒蛋(蛋) | 大白菜 | 薑絲海芽湯 | 香蕉 | 菠蘿奶酥麵包、鮮奶 |
| 10/8 | 二 | 芋香鹹粥 | 百菇豬肉蕎麥麵 | 魚片蒸豆腐 | 枸杞絲瓜 | 青江菜 | 雞茸玉米湯 | 葡萄 | 紅豆甘藷湯 |
| 10/9 | 三 | 芝麻包、麥茶 | 白米飯 | 鮮菇燉肉 | 甜豆炒花枝 | 白莧菜 | 冰糖蓮子湯 | 水梨 | 十全滷味 |
| 10/10 | 四 | 雙十節放假一天 | | | | | | | |
| 10/11 | 五 | 高麗菜豬肉水餃、冬瓜茶 | 南瓜燉肉飯 | 家常豆腐 | | 油菜 | 香菇雞湯 | 甜柿 | 香蕉玉米片、鮮奶 |
| 10/14 | 一 | 蝦仁燒賣(蝦)、燕麥奶 | 地瓜飯 | 檸檬雞丁 | 香蔥玉米炒蛋(蛋) | 地瓜葉 | 番茄豆腐湯 | 蘋果 | 培根麵包、鮮奶 |
| 10/15 | 二 | 敏豆粥 | 茄汁雞肉義大利麵 | 清蒸鱸魚 | 彩蔬花椰 | 小白菜 | 馬鈴薯濃湯 | 木瓜 | 黑糖薑汁豆花 |
| 10/16 | 三 | 地瓜包、麥茶 | 白米飯 | 油腐燒肉 | 茭白筍炒櫛瓜 | 空心菜 | 桂圓紅棗甜湯 | 火龍果 | 什錦炒米粉 |
| 10/17 | 四 | 青菜豆腐湯麵 | 糙米飯 | 香菇肉燥 | 香芹干片 | 高麗菜 | 冬瓜薏仁湯 | 鳳梨 | 手工牛奶饅頭、低糖豆漿 |
| 10/18 | 五 | 慶生蛋糕、麥茶 | 鳳梨什穀拌飯(蝦) | 洋蔥豬排 | | 菠菜 | 肉骨茶湯 | 番石榴 | 草莓鮮奶酪 |
| 10/21 | 一 | 紫米珍珠丸、燕麥奶 | 胚芽飯 | 洋菇炒雞丁 | 蝦仁滑蛋(蝦、蛋) | 大白菜 | 筴白筍排骨湯 | 香蕉 | 丹麥紅豆麵包、鮮奶 |
| 10/22 | 二 | 玉米雞蓉粥 | 醋拌麵 | 紅燒鯛魚片 | 開陽大頭菜(蝦) | 青江菜 | 什錦鮮菇湯 | 葡萄 | 仙草牛奶 |
| 10/23 | 三 | 校外教學 | | | | | | | |
| 10/24 | 四 | 蜂蜜蛋糕(蛋)、麥茶 | 五穀飯 | 彩椒豬柳 | 南瓜燴豆腐 | 包心白菜 | 蘆筍湯 | 百香果 | 手工銅鑼燒(蛋)、低糖豆漿 |
| 10/25 | 五 | 蔥油餅、冬瓜茶 | 咖哩燴飯 | 香煎雞腿排 | | 油菜 | 小魚海帶湯 | 甜柿 | 原味玉米片、鮮奶 |
| 10/28 | 一 | 金黃雙鮮燒賣(蝦)、燕麥奶 | 紅藜飯 | 照燒雞腿 | 蔥花蛋(蛋) | 地瓜葉 | 芹菜蘿蔔湯 | 蘋果 | 肉鬆麵包、鮮奶 |
| 10/29 | 二 | 叻仔魚粥 | 肉燥乾拌麵 | 味噌烤鮭魚 | 香菇黃瓜 | 小白菜 | 南瓜濃湯 | 木瓜 | 紅豆薏仁湯 |
| 10/30 | 三 | 叉燒包、麥茶 | 白米飯 | 奶油蘑菇燉雞 | 蒜香玉米筍 | 空心菜 | 摩摩喳喳甜湯 | 火龍果 | 桂圓米糕 |
| 10/31 | 四 | 蔥油拌麵 | 紅豆飯 | 糖醋排骨 | 芝香敏豆 | 高麗菜 | 紫菜丸片湯 | 鳳梨 | 手工香橙慕斯蛋糕(蛋)、無糖豆漿 |

◎本園餐點皆使用國產豬肉