

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	三杯土魠魚	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	清蒸鱈魚	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	香芹千片	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	筍白筍排骨湯	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	吻仔魚粥	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