

新竹縣東海國小 附設幼兒園食譜

日期	星期	早點心		主食	副食一	副食二	副食三	湯	附餐	下午點心	
		主食	附餐1							主食	附餐1
10/1	二	南瓜菇菇粥		糙米飯	塔香鯛魚燒(燒)	麻婆豆腐(燒)	鮮炒時蔬(炒)	刺瓜肉絲湯	水果	鮮筍排骨湯	
10/2	三	起司蛋土司	鮮奶	特餐	紅燒豬肉麵(煮)	包餡魚丸(滷)	鮮炒時蔬(炒)	鮮肉包(蒸)		鮮魚味噌湯	柳丁
10/3	四	什錦冬粉湯		燕麥飯(有機白米)	咖哩雞(燒)	海帶干絲(炒)	有機蔬菜(炒)	杏菇牛蒡肉片湯	優酪乳	茶葉蛋	蘋果
10/4	五	大滷麵		小米糙米飯	冰糖滷豬棒(滷)	袖菇蝦米扁蒲(炒)	鮮炒時蔬(炒)	芙蓉豆腐湯	水果	慶生蛋糕	
10/7	一	乾拌麵	豆漿	黑芝麻飯(有機白米)	壽喜凍豆腐(燒)	茄汁洋蔥蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	綠豆珍珠湯		滷雞腿	水梨
10/8	二	瓜仔肉飯		糙米飯	塔香魷魚(炒)	白菜燉粉條(燉)	鮮炒時蔬(炒)	三絲肉絲湯	水果	排骨酥湯	
10/9	三	蔥抓餅	鮮奶	特餐	杏仁香鬆炒飯(炒)	綜合滷味(滷)	鮮炒時蔬(炒)	鮮筍湯		綠豆芋圓湯	芭樂
10/10	四			國慶日放假							
10/11	五	餛飩湯		糙米飯	五香雞腿(滷)	鮮菇銀芽(炒)	鮮炒時蔬(炒)	冬瓜白肉湯	水果	鹹水毛豆	
10/14	一	湯板條	豆漿	香鬆飯(有機白米)	豆包雙味(燒)	素香咖哩(燒)	有機蔬菜(炒)	雙寶仙草蜜		香菇雞湯	蘋果
10/15	二	嘉義雞絲飯		糙米飯	筍乾燒肉(燒)	雙菇燴刺瓜(燴)	鮮炒時蔬(炒)	青菜豆腐湯	水果	花枝羹湯	
10/16	三	小肉包	鮮奶	特餐	義大利麵(燴)	雞塊(炸)	鮮炒時蔬(炒)	花椰巧達濃湯		烤地瓜	芭樂
10/17	四	蛋餅		燕麥飯(有機白米)	豆醬旗魚(燒)	雞柳瓠瓜(炒)	有機蔬菜(炒)	海芽蛋花湯	鮮奶	馬拉糕	柳丁
10/18	五	什錦炒麵		小米糙米飯	醬爆雞肉(炒)	絲瓜燴蛋(燴)	鮮炒時蔬(炒)	茶壺湯	水果	水煮玉米	
10/21	一	玉米雞肉粥	豆漿	黑芝麻飯(有機白米)	香菇滷豆腐(滷)	起司蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	蘿蔔蓮子雞湯		馬鈴薯沙拉	鳳梨
10/22	二	時蔬米粉湯		糙米飯	花生紅燒肉(燒)	魚羹冬瓜(炒)	鮮炒時蔬(炒)	自製黑豆漿	水果	南瓜濃湯	
10/23	三	肉片吐司	鮮奶	特餐	海鮮烏龍麵(炒)	海結翅腿(滷)	鮮炒時蔬(炒)	酸辣湯		芝麻包	柳丁
10/24	四	皮蛋瘦肉粥		燕麥飯(有機白米)	黑胡椒雞丁(炒)	鮮燴青花(炒)	有機蔬菜(炒)	蕃茄洋芋湯	優酪乳	紫菜蛋花湯	水梨
10/25	五	蔬菜雞絲麵		小米糙米飯	鵝鶉肉燥油腐(滷)	客家茄子(炒)	鮮炒時蔬(炒)	榨菜肉絲湯	水果	蔬菜豆腐湯	
10/28	一	海鮮蒸蛋	豆漿	香鬆飯(有機白米)	酸菜麵腸(炒)	紅娘玉米蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	鳳梨雪蓮銀耳湯		杏鮑菇雞湯	蘋果
10/29	二	水餃		糙米飯	鮮炒鮪魚(炒)	竹筍三絲(炒)	鮮炒時蔬(炒)	鮮菇瓠瓜雞湯	水果	餛飩湯	
10/30	三	雜糧饅頭	鮮奶	特餐	日式蕎麥麵(炒)	拌雞絲(炒)	鮮炒時蔬(炒)	柴魚油腐味噌湯		紅豆紫米湯	芭樂
10/31	四	吻魚瘦肉粥		燕麥飯(有機白米)	照燒豬柳(燒)	脆薯豆皮(炒)	有機蔬菜(炒)	山藥排骨湯	鮮奶	玉米脆片	柳丁

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~