

新北市永和區永和國民小學附設幼兒園109學年度第1學期10月餐點表

		早 點	午 餐						午 點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
10月5日	一	起司條、牛奶	胚芽飯	馬鈴薯燉肉	蕃茄滑蛋	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	湯餃	√	√	√	√
10月6日	二	高麗菜肉粥	地瓜飯	三色雞片	豆干炒芹菜	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	牛奶饅頭、冬瓜茶	√	√	√	√
10月7日	三	絲瓜麵線	海鮮螺旋麵			有機蔬菜	黃瓜貢丸湯	時令水果	蛋塔、豆漿	√	√	√	√
10月8日	四	慶生蛋糕、豆漿	白米飯	炸魚塊	薑絲絲瓜	有機蔬菜	小魚味增湯	時令水果	肉燥麵	√	√	√	√
10月12日	一	香蒜厚片、牛奶	紫米飯	滷五花	洋蔥炒玉米	有機蔬菜	黃瓜肉片湯	時令水果	餛飩湯	√	√	√	√
10月13日	二	吻仔魚粥	紅藜飯	腰果雞丁	螞蟻上樹	有機蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	芋頭米粉	√	√	√	√
10月14日	三	絲瓜麵線	火腿肉絲蛋炒飯			有機蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	奶酥麵包、豆漿	√	√	√	√
10月15日	四	米苔目湯	五穀飯	紅燒鯛魚	芹菜炒三絲	有機蔬菜	海芽蛋花湯	時令水果	客家板條	√	√	√	√
10月16日	五	瓠瓜蝦米粥	海苔飯	爆炒肉絲	銀魚烘蛋	有機蔬菜	小蔥仁排骨湯	時令水果	玉米火腿麵包、優酪乳	√	√	√	√
10月19日	一	起酥蛋糕、牛奶	白米飯	蒜香肉片	麻婆豆腐	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	雞蓉玉米粥	√	√	√	√
10月20日	二	香菇竹筍粥	紫米飯	三杯雞	蒸蛋	有機蔬菜	蘿蔔湯	時令水果	紫米紅豆粥	√	√	√	√
10月21日	三	蔬菜拉麵	白醬海鮮通心麵			有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	蔥肉鬆麵包、豆漿	√	√	√	√
10月22日	四	蔬菜雞蛋粥	海苔飯	醬燒雞肉	玉米可樂餅	有機蔬菜	味增豆腐湯	時令水果	鍋燒麵	√	√	√	√
10月23日	五	肉羹麵線	南瓜飯	紅燒豬排	青蔥炒蛋	有機蔬菜	番茄鮮蔬湯	時令水果	杯子蛋糕、優酪乳	√	√	√	√
10月26日	一	三色吐司、牛奶	胚芽飯	香菇燒雞	玉米炒蛋	有機蔬菜	金針排骨湯	時令水果	蔬菜瘦肉粥	√	√	√	√
10月27日	二	魚片粥	紅藜飯	蔥燒小排	奶油燴南瓜	有機蔬菜	花瓜雞湯	時令水果	八寶粥	√	√	√	√
10月28日	三	鮮肉包、決明子茶	肉茸玉米蛋炒飯		豆乾丁炒毛豆	有機蔬菜	蘑菇濃湯	時令水果	培根麵包、豆漿	√	√	√	√
10月29日	四	吻仔魚粥	五穀飯	瓜子肉	滷海帶	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	養生菇菇枸杞粥	√	√	√	√
10月30日	五	蝦仁燒賣、枸杞茶	海苔飯	滷棒棒腿	螞蟻上樹	有機蔬菜	玉米蛋花湯	時令水果	虎皮蛋糕、優酪乳	√	√	√	√

教保員黃 鵬

1090807

教師兼附幼
主任顏美香

