

新竹縣竹仁國小 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	午點心
		主食							主食
10/1	三	玉米瘦肉粥	特餐	客家炒板條(炒)	無骨雞排(炸)	有機蔬菜(炒)	黃瓜魚丸湯	水果	香菇雞湯
10/2	四	家常炒麵	藜麥飯	三杯雞(燒)	火腿玉米炒蛋(燒)	有機蔬菜(炒)	蘿蔔海結湯	水果	黃金雞蛋布丁
10/3	五	咖哩烏龍麵	糙米飯(有機白米)	洋芋燉肉(燉)	長豆肉絲(炒)	有機蔬菜(炒)	菇菇鮮湯	水果	生日蛋糕
10/7	二	肉燥醬麵	糙米飯(有機白米)	蔥爆豬柳(爆)	什錦雙花(炒)	有機蔬菜(炒)	海芽蛋花湯	水果	奶黃包+鮮奶
10/8	三	貢丸米粉湯	特餐	杏仁咖哩炒飯(炒)	蒲燒鯛魚(蒸)	有機蔬菜(炒)	羅宋湯	水果	南瓜濃湯
10/9	四	香菇雞肉粥	麥片糙米飯	凍腐燒肉(燒)	花生四色(炒)	有機蔬菜(炒)	酸菜肉片湯	水果	優格
10/13	一	水餃	小米飯	雙芋燒雞(燒)	小瓜甜條(炒)	有機蔬菜(炒)	玉米海苔湯	水果	芝麻花生湯圓
10/14	二	湯板條	糙米飯(有機白米)	梅干肉燥(滷)	客家小炒(炒)	有機蔬菜(炒)	黃瓜排骨湯	水果	鮮味茶碗蒸+優酪乳
10/15	三	雞茸玉米粥	特餐	肉絲炒麵(炒)	虱目魚排(炸)	有機蔬菜(炒)	冬瓜肉片湯	水果	黃瓜丸片湯
10/16	四	鍋燒意麵	藜麥飯	宮保腰果雞丁(燒)	白菜滷(滷)	有機蔬菜(炒)	涼薯蛋花湯	水果	綠豆水晶湯
10/17	五	義大利肉醬麵	糙米飯(有機白米)	照燒肉片(燒)	鮮菇蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	仙草粉條甜湯	水果	蜂蜜蛋糕
10/20	一	白醬筆管麵	五穀飯	台式滷肉(滷)	黃瓜肉羹(燴)	有機蔬菜(炒)	玉米芙蓉湯	水果	仙草蜜
10/21	二	港式蘿蔔糕	糙米飯(有機白米)	咖哩雞(燴)	蝦米瓠瓜(炒)	有機蔬菜(炒)	紫菜豆腐湯	水果	海綿蛋糕+鮮奶
10/22	三	珍珠丸子	特餐	麵線糊(煮)	滷蛋(滷)	有機蔬菜(炒)	肉圓	水果	薯餅
10/23	四	肉絲炒麵	燕麥糙米飯	豆瓣飛扁魚(燒)	紅蘿蔔炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	關東煮	水果	馬拉糕+豆漿
10/27	一	麻油蛋麵線湯	小米飯	香草燉雞(燉)	花生麵筋(滷)	有機蔬菜(炒)	黃豆芽肉絲湯	水果	寧波年糕湯
10/28	二	皮蛋瘦肉粥	糙米飯(有機白米)	壽喜燒(燒)	肉絲海根(炒)	有機蔬菜(炒)	味噌湯	水果	黃金捲+優酪乳
10/29	三	鍋貼	特餐	吻魚海鮮粥	香酥豬排(炸)	吻魚海鮮粥	奶皇包	水果	紅豆紫米湯
10/30	四	紅醬貝殼麵	藜麥飯	麻油雞(煮)	涼薯三絲(炒)	有機蔬菜(炒)	瓠瓜肉片湯	水果	味噌鮮魚湯
10/31	五	大滷麵	糙米飯(有機白米)	糖醋豆包(燒)	絲瓜滑蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	綠豆薏仁湯	水果	草莓點心棒+豆奶

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~