

新北市新莊區中港國小附設幼兒園 109 學年度第一學期 10 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐				下午點心	
			主食	副 食		湯		
5	一	全麥吐司 鮮奶	全穀飯	醬肉香豆 豬肉/花豆/紅蘿蔔	番茄炒蛋 番茄/蛋/豆腐/蔥	產銷履歷 小白菜	主廚營養湯	蔬菜餅乾 保久乳
6	二	蛋餅 米漿	全穀飯	京都排骨(炸) 豬肉/地瓜	黑胡椒豆腐 豆腐/鮮菇/竹筍	有機蔬菜 青油菜	主廚營養湯	鮮奶喜瑞爾
7	三	饅頭 芝麻豆漿	特 餐	起司雞肉義大利麵 起司/雞肉/菇/麵	玉米濃湯 玉米/蛋/紅蘿蔔/洋蔥	產銷履歷 空心菜	主廚營養湯	生日蛋糕
8	四	小波蘿餐包 鮮奶	全穀飯	蔥油雞 蔥/雞肉	咖哩鴿蛋 洋芋/鴿蛋/洋蔥/紅蘿蔔	產銷履歷 青江菜	主廚營養湯	鍋貼
9	五	國 慶 日 補 假						
12	一	饅頭 豆漿	全穀飯	花生燒肉 花生/豬肉/海帶結	鮮菇豆腐 豆腐/鮑魚菇/青豆仁/豬肉	產銷履歷 空心菜	主廚營養湯	起司餅乾 保久乳
13	二	全麥土司 鮮奶	全穀飯	麻油素三鮮 杏鮑菇/豆干/西洋芹	玉米炒蛋 玉米/蛋/青豆仁	有機蔬菜 黑葉白菜	主廚營養湯	檸檬愛玉
14	三	蘿蔔糕 黑豆漿	特 餐	海鮮烏龍麵 麵/豬肉/魚丸/洋蔥	味噌海芽湯 豆腐/海芽/蛋	產銷履歷 莧菜	主廚營養湯	蔓越莓吐司
15	四	奶香餐包 鮮奶	全穀飯	豚肉壽喜燒 豬肉/洋蔥/金針菇	西芹鮮魷 西芹/魷魚/紅蘿蔔/豆干	產銷履歷 蚵白菜	主廚營養湯	鍋貼
16	五	蛋餅 豆漿	全穀飯	義式魚丁 魚/蕃茄/西芹/馬鈴薯	茭白筍肉片 菇/豬肉/彩椒/茭白筍	產銷履歷 油菜	主廚營養湯	海綿蛋糕
19	一	蔓越莓土司 鮮奶	全穀飯	紅燒栗子雞 雞丁/栗子/蔥	榨菜雙絲 榨菜/干絲/肉絲	產銷履歷 青江菜	主廚營養湯	多穀物蘇打餅 保久乳
20	二	饅頭 豆漿	全穀飯	椒鹽魚排(炸) 魚	八寶醬丁 豆干/花生/玉米/豬肉	有機蔬菜 小松菜	主廚營養湯	鮮奶喜瑞爾
21	三	蘿蔔糕 黑豆漿	特 餐	宮保雞丁炒飯 雞肉/花生/彩椒	精力湯 洋芋/番茄/洋蔥/豬肉	產銷履歷 蚵白菜	主廚營養湯	全麥吐司
22	四	小波蘿餐包 鮮奶	全穀飯	洋芋燒肉 洋芋/豬肉/紅蘿蔔	三鮮黃瓜 黃瓜/鴿蛋/蝦仁	產銷履歷 空心菜	主廚營養湯	鍋貼
23	五	蛋餅 豆漿	全穀飯	蜜汁雞(炸) 彩椒/雞肉	海帶肉絲 海帶/干絲/肉絲/芹菜	產銷履歷 扁蒲	主廚營養湯	海綿蛋糕
26	一	饅頭 豆漿	全穀飯	蠔油香菇雞 雞肉/香菇	回鍋肉 豬肉/高麗菜/香菇	產銷履歷 蚵白菜	主廚營養湯	奶酪
27	二	全麥土司 鮮奶	全穀飯	茄汁豆腐 豆腐/馬鈴薯/洋蔥/番茄	毛豆洋蔥炒蛋 蛋/洋蔥/毛豆	有機蔬菜 青松	主廚營養湯	檸檬愛玉
28	三	蘿蔔糕 黑豆漿	特 餐	芋香瘦肉粥 芋頭/豬肉/玉米/米	銀絲捲+滷蛋	產銷履歷 青江菜	主廚營養湯	蔓越莓吐司
29	四	奶香餐包 鮮奶	全穀飯	黑胡椒豬柳 豬肉/洋蔥/木耳	西滷肉 白菜/豬肉/香菇/蛋	產銷履歷 小白菜	主廚營養湯	鍋貼
30	五	蛋餅 芝麻豆漿	全穀飯	瓜仔雞 雞肉/脆瓜	關東煮 白蘿蔔/豬血糕/黃金魚蛋/玉米	產銷履歷 空心菜	主廚營養湯	海綿蛋糕

餐點設計：陳俞靜

營養師：李美增

園主任：周寶華

校長：李後榮

- 建議每日早晚補充一杯牛奶，養成孩子每天早晚喝牛奶的習慣，補充孩子發育所需的鈣質。
- 幼兒園廚房尚未完工，午餐由國小部自立午餐供應，上下午點心以現成為主。