



新北市瑞芳國小附設幼兒園115年10月菜單

日期	星期	上午點心	午餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	四	菇菇肉絲湯麵	紫米飯	小黃瓜炒雞肉	螞蟥上樹	有機蔬菜	綜合鮮菇湯	時令水果	小兔包、燕麥奶	✓	✓	✓	✓
2	五	冰心地瓜、無糖豆漿	炒日式烏龍麵(豬肉、紅蘿蔔、高麗菜等)			有機蔬菜	蒜頭雞湯	時令水果	餐包、鮮奶	✓	✓	✓	✓
5	一	古早味麵線	五穀飯	番茄雞肉	菜脯蛋	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
6	二	香菇瘦肉粥	糙米飯	炸雞翅	滷蘿蔔油豆腐	有機蔬菜	肉片高麗菜湯	時令水果	茶碗蒸	✓	✓	✓	✓
7	三	鮮肉包、無糖豆漿	糙米飯	五香肉燥	櫛瓜炒蝦仁	有機蔬菜	薑絲蛤蜊湯	時令水果	玉米脆片、鮮奶	✓	✓	✓	✓
8	四	乾拌麵	紫米飯	柳葉魚	麻婆豆腐	有機蔬菜	瓜仔雞湯	時令水果	香草泡芙、燕麥奶	✓	✓	✓	✓
9	五	國慶日補假一日											
12	一	雞絲麵	燕麥飯	洋蔥醬燒豬肉	香蔥綜合菇	有機蔬菜	玉米蘿蔔湯	時令水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
13	二	海鮮粥	糙米飯	三杯雞	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	芝麻包、麥茶	✓	✓	✓	✓
14	三	黑糖饅頭、燕麥奶	糙米飯	糖醋雞肉	滷豆包	有機蔬菜	番茄蛋花湯	時令水果	香蕉、鮮奶	✓	✓	✓	✓
15	四	香菇冬粉	紫米飯	筍絲控肉	蔥花煎蛋	有機蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	水煮玉米	✓	✓	✓	✓
16	五	蔥抓餅、無糖豆漿	燕麥飯	雞肉咖哩飯(雞腿肉、馬鈴薯、紅蘿蔔等)		有機蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	餐包、鮮奶	✓	✓	✓	✓
19	一	玉米粥	五穀飯	白蘿蔔蔥燒雞	洋蔥蛋	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	鮮奶紅豆湯	✓	✓	✓	✓
20	二	銀絲卷、燕麥奶	糙米飯	滷雞腿	芹菜炒豆皮	有機蔬菜	大白菜燉排骨湯	時令水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
21	三	珍珠丸、無糖豆漿	糙米飯	馬鈴薯燉肉	螞蟥上樹	有機蔬菜	香菇蛤蜊湯	時令水果	蘇打餅乾、鮮奶	✓	✓	✓	✓
22	四	烏龍湯麵	紫米飯	滑蛋雞肉	玉米筍炒香菇	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	日式關東煮(蘿蔔、玉米)	✓	✓	✓	✓
23	五	小籠湯包、無糖豆漿	鳳梨蝦仁炒飯(鳳梨、蝦仁、雞蛋、青蔥等)			有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	香草瑞士捲、鮮奶	✓	✓	✓	✓
26	一	台灣光復節補假一日											
27	二	鯖魚粥	五穀飯	洋蔥雞丁	蒜味杏鮑菇	有機蔬菜	玉米蛋花湯	時令水果	古早味豆花	✓	✓	✓	✓
28	三	燒賣、無糖豆漿	糙米飯	土魷魚塊	綜合滷味(豆干、海帶)	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	玉米脆片、鮮奶	✓	✓	✓	✓
29	四	鮮奶饅頭、燕麥奶	糙米飯	瓜仔肉	滑蛋絲瓜	有機蔬菜	苦瓜鳳梨雞湯	時令水果	水煮蛋、麥茶	✓	✓	✓	✓
30	五	飯糰DIY	義大利麵(肉末、玉米筍、蘑菇、洋蔥等)			有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	餐包、鮮奶	✓	✓	✓	✓

※本園一律使用國產肉品、雞蛋及不含輻射污染食品

※本園未使用主管機關公告之不合格油品

※「有機蔬菜」種類以簽約廠商當日供應為主

※「時令水果」種類以簽約廠商提供之當季水果為主

※本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、活動需求等)會進行適當調整並提早公告

製表人:	護理師陳思穎	教保組長:	羅長英宜庭	主任:	幼兒園王美華	校長:	校長鄭益亮
------	---------------	-------	--------------	-----	---------------	-----	--------------

