

國立東華大學附設花蓮縣私立實驗幼兒園

107 學年度第一學期

十月份至十一月份循環餐點表

| 日期 | | 早上點心 | 午餐 | 下午點心 |
|----------|----------|---------|-----------------------|-------|
| 10/1(一) | 11/1(四) | 牛奶、蔬菜煎餅 | 洋蔥炒肉、紅蘿蔔炒蛋、時蔬、香菇雞湯 | 蔬菜雞蛋麵 |
| 10/2(二) | 11/2(五) | 香菇鹹粥 | 高麗菜豬肉炊飯、黃瓜排骨湯 | 紅豆湯 |
| 10/3(三) | 11/5(一) | 米漿、饅頭 | 醬瓜絞肉、麻婆豆腐、時蔬、香菇雞湯 | 八寶粥 |
| 10/4(四) | 11/6(二) | 地瓜稀飯 | 義大利番茄麵+玉米湯 | 煎餃 |
| 10/5(五) | 11/7(三) | 豆漿、蘿蔔糕 | 豬肉壽喜燒、玉米蒸蛋、時蔬、羅宋湯 | 地瓜湯 |
| 10/8(一) | 11/8(四) | 玉米肉燥粥 | 青椒炒肉絲、紅燒杏鮑菇、時蔬、四神湯 | 雞蓉蔬菜粥 |
| 10/9(二) | 11/9(五) | 牛奶、全麥饅頭 | 雞肉咖哩飯、黃豆芽蛋花湯 | 貢丸米粉 |
| 10/11(四) | 11/12(一) | 芹香粉絲肉絲湯 | 冬瓜蒸絞肉、木耳炒豆干、時蔬、山藥排骨湯 | 紅棗銀耳羹 |
| 10/12(五) | 11/13(二) | 米漿、蒸地瓜 | 雞肉牛蒡炊飯、銀魚紫菜湯 | 香菇麵線 |
| 10/15(一) | 11/14(三) | 竹筍粥 | 美白菇燴肉絲、清炒綠豆芽、時蔬、冬瓜排骨湯 | 饅頭、麥茶 |
| 10/16(二) | 11/15(四) | 豆漿、小籠包 | 香菇肉燥蔬菜燴飯、味噌豆腐湯 | 肉燥米粉湯 |
| 10/17(三) | 11/16(五) | 高麗菜鹹粥 | 洋蔥燒雞、菜圃蛋、時蔬、鮮菇湯 | 綠豆芽湯麵 |
| 10/18(四) | 11/19(一) | 牛奶、吐司 | 紅糟魚片、炒豆干、時蔬、海帶芽湯 | 蔬菜銀魚粥 |
| 10/19(五) | 11/20(二) | 鮮蔬麵線 | 蔥燒菇雞丁、蒸蛋、時蔬、黃瓜貢丸湯 | 綠豆薏仁湯 |
| 10/22(一) | 11/21(三) | 米漿、蛋餅 | 梅干扣肉、香芹豆包、時蔬、菜圃雞湯 | 豆腐細麵 |
| 10/23(二) | 11/22(四) | 蓮子鹹粥 | 水餃、鳳梨苦瓜排骨湯 | 紅豆紫米粥 |
| 10/24(三) | 11/23(五) | 豆漿、芝麻包 | 馬鈴薯胡蘿蔔燉肉、韭菜蛋、時蔬、番茄蛋花湯 | 菱角蔬菜粥 |
| 10/25(四) | 11/26(一) | 油豆腐細粉 | 香滷雞肉、滷味拼盤、時蔬、黃豆芽湯 | 味噌湯麵 |
| 10/26(五) | 11/27(二) | 牛奶、花捲饅頭 | 什錦杏菇雞丁燴飯、時蔬、冬瓜雞湯 | 魚片粥 |
| 10/29(一) | 11/28(三) | 瘦肉粥 | 香煎魚片、醬燒豆包、時蔬、豆腐蛋花湯 | 黃瓜麵線 |
| 10/30(二) | 11/29(四) | 米漿、地瓜煎餅 | 洋蔥豬柳、醬燒竹筍鮮菇、時蔬、馬鈴薯排骨湯 | 陽春麵 |
| 10/31(三) | 11/30(五) | 銀魚蔬菜粥 | 蔬菜炒麵、金針排骨湯 | 蒸地瓜 |

※每日皆有時令水果以及蔬菜。

※蔬菜以及魚肉類食材由壽豐鄉農會有機宅配物流中心供應。

以上餐點將依在地食材、氣候及本園幼生飲食特性做及時部分修改

修改部分將公告於 <http://www.ndhuk.ndhu.edu.tw/bin/home.php>