

宜蘭縣私立劍橋國際幼兒園115學年第一學期

115年10月份餐點表

日期	星期	早點	午 餐					下午點心		餐點類別檢核				
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯			水果	1 全穀 根莖類	2 豆蛋魚 肉奶類	3 蔬菜類	4 水果類
10/1	四	皮蛋瘦肉粥1.2.3	德式臘腸炒飯1.2.3			時令蔬菜3	排骨竹筍湯2.3	時令水果4	冬瓜珍珠1		✓	✓	✓	✓
10/2	五	蔬菜冬粉1.2.3	糙米飯1	咖哩雞丁1.2	木耳炒小黃瓜3	時令蔬菜3	蘿蔔排骨湯2.3	時令水果4	麵包1	菊花茶1	✓	✓	✓	✓
10/3	六	週休												
10/4	日													
10/5	一	肉燥麵線1.2	白米飯1	香菇肉燥2.3	滷甜不辣2	時令蔬菜3	味噌豆腐湯2.3	時令水果4	肉燥湯麵1.2.3		✓	✓	✓	✓
10/6	二	香菇瘦肉粥1.2.3	烏龍麵1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	銀絲卷1	紅棗茶1	✓	✓	✓	✓
10/7	三	火腿起司吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	南瓜燒肉1.2.3	玉米筍燴杏包菇3	時令蔬菜3	番茄蛋花湯2.3	時令水果4	仙草蜜1		✓	✓	✓	✓
10/8	四	南瓜粥1.3	雞肉鮮蔬燴飯1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	麵包1	決明子茶1	✓	✓	✓	✓
10/9	五	國慶日補休一天												
10/10	六													
10/11	日	週休												
10/12	一													
10/12	一	絲瓜麵線1.2.3	白米飯1	茄汁燒雞2.3	客家小炒1.2.3	時令蔬菜3	菇菇白菜湯2.3	時令水果4	什錦通心麵1.2.3		✓	✓	✓	✓
10/13	二	高麗菜粥1.2.3	紅醬義大利麵1.2.3			時令蔬菜3	玉米濃湯2.3	時令水果4	奶皇包1	麥茶1	✓	✓	✓	✓
10/14	三	葡萄乾吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	味噌梅花肉2.3	芹菜煙燻豆皮2.3	時令蔬菜3	香菇雞湯2.3	時令水果4	古早味粿條1.2.3		✓	✓	✓	✓
10/15	四	冬菜冬粉1.2.3	肉羹燴飯1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	芋頭西米露1		✓	✓	✓	✓
10/16	五	芋頭粥1.3	糙米飯1	蘿蔔滷肉2.3	玉米炒蛋2.3	時令蔬菜3	山藥排骨湯2.3	時令水果4	麵包1	洛神花茶1	✓	✓	✓	✓
10/17	六	週休												
10/18	日													
10/19	一	芙蓉麵線1.2.3	白米飯1	五香肉燥2.3	蔥爆干絲2.3	時令蔬菜3	紫菜蛋花湯2.3	時令水果4	榨菜肉燥麵1.2.3		✓	✓	✓	✓
10/20	二	玉米滑蛋粥1.2.3	沙茶肉絲湯麵1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	小肉包1.2	冬瓜茶1	✓	✓	✓	✓
10/21	三	雞蛋吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	豆乳雞2	螞蟻上樹2.3	時令蔬菜3	當歸排骨湯2.3	時令水果4	紅麵線羹1.2.3		✓	✓	✓	✓
10/22	四	什錦冬粉1.2.3	高麗菜炒飯1.2.3			時令蔬菜3	黃瓜丸子湯2.3	時令水果4	黑糖粉圓1		✓	✓	✓	✓
10/23	五	地瓜粥1.3	糙米飯1	冬瓜燉肉2.3	玉米蒸蛋2.3	時令蔬菜3	白菜豆腐湯2.3	時令水果4	麵包1	枸杞茶1	✓	✓	✓	✓
10/24	六	週休												
10/25	日													
10/26	一	光復節補休一天												
10/27	二													
10/27	二	銀芽麵線1.2.3	酸辣湯麵1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	小菜包1.3	桂圓茶1	✓	✓	✓	✓
10/28	三	奶酥吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	茄汁豬柳2.3	醬燒海帶結3	時令蔬菜3	瓠瓜湯2.3	時令水果4	鍋燒意麵1.2.3		✓	✓	✓	✓
10/29	四	蘿蔔糕湯1.2.3	日式斧飯1.2.3			時令蔬菜3	蒜頭蛤蜊湯2.3	時令水果4	愛玉檸檬1		✓	✓	✓	✓
10/30	五	廣東粥1.2.3	糙米飯1	油蔥雞丁2.3	魚香茄子2.3	時令蔬菜3	木耳金針菇湯2.3	時令水果4	麵包1	決明子茶1	✓	✓	✓	✓
10/31	六	週休												

※本園食材來源一律使用國產豬肉。 ※ 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而做微調。

※依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。