

金門縣金湖國小附設幼兒園 112年10月餐點表

				午餐菜單						營養含量			
週次	日期	星期	午別	點心菜單	主食	主餐	副餐	蔬菜	湯	水果	穀類	肉類	水果類
第6週	2	一	上午	肉鬆捲	白米飯	蝦仁滑蛋	腐皮白菜	時令蔬菜	薏仁冬瓜湯	時令水果	V	V	V
			下午	慶生蛋糕+紅蛋									
	3	二	上午	大魯麵	白米飯	地瓜滷豬肉	金沙豆腐	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	V	V	V
			下午	紫米饅頭									
	4	三	上午	清粥小菜	白米飯	豆薯炒雞肉	絲瓜炒蛤蜊	時令蔬菜	味噌菇菇湯	時令水果	V	V	V
			下午	薄皮小籠包									
5	四	上午	義大利茄汁麵	糙米飯	蘑菇豬柳	培根炒銀芽	時令蔬菜	番茄蛋花湯	時令水果	V	V	V	
		下午	燒仙草										V
6	五	上午	南瓜小饅頭	炸醬麵		清炒時蔬		蛤蜊湯	時令水果	V	V	V	
		下午	地瓜車輪餅										V
第7週	9	一	上午	雙十連假									
			下午										
	10	二	上午	雙十連假									
			下午										
	11	三	上午	湯餃	白米飯	紅燒魚丁	花瓜豆腐	時令蔬菜	綠豆湯	時令水果	V	V	V
			下午	起司饅頭									
12	四	上午	虱目魚柳粥	糙米飯	鳳梨雞丁	滷肉冬瓜	時令蔬菜	紫菜吻仔魚湯	時令水果	V	V	V	
		下午	豆包粿										V
13	五	上午	披薩小麵包	大滷麵		綜合玉米滷味		時令水果		V	V	V	
		下午	骨掌雞蛋糕										V
第8週	16	一	上午	滷蛋	白米飯	蝦仁炒高麗	茄汁豆腐	時令蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	V	V	V
			下午	地瓜片									
	17	二	上午	玉米蔬菜粥	白米飯	豆薯滷肉燥	塔香海帶根	時令蔬菜	大瓜鮮菇湯	時令水果	V	V	V
			下午	豆花									
	18	三	上午	海鮮湯麵	白米飯	日式親子丼	炒三絲	時令蔬菜	蕃茄黃芽湯	時令水果	V	V	V
			下午	三明治									
19	四	上午	紅豆薏仁湯	白米飯	馬鈴薯炒肉絲	蔥花碎脯蛋	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	V	V	V	
		下午	涼麵										V
20	五	上午	小肉圓	芋頭米粉湯		蜜汁豆干		時令水果		V	V	V	
		下午	葡萄乾厚片										V
第9週	23	一	上午	高麗菜包	白米飯	香酥魚排	洋葱炒蛋	時令蔬菜	冬瓜羅勒子	時令水果	V	V	V
			下午	地瓜球									
	24	二	上午	鹹粥	白米飯	壽喜豬	炒土豆絲	時令蔬菜	蛤蜊蘿蔔湯	時令水果	V	V	V
			下午	奶酥麵包									
	25	三	上午	蘿蔔排骨湯	白米飯	番茄洋葱雞丁	黑輪滷蘿蔔	時令蔬菜	豆薯鮮菇湯	時令水果	V	V	V
			下午	蛋餅									
26	四	上午	芋頭西米露	白米飯	雞米花	三菇燴豆腐	時令蔬菜	蘿蔔大骨湯	時令水果	V	V	V	
		下午	玉米蛋吐司										V
27	五	上午	肉燥麵	玉米皮蛋時蔬肉丸粥		三杯雞翅		時令水果		V	V	V	
		下午	果乾麵包										V
第10週	30	一	上午	羅宋麵包	糙米飯	蝦仁豆腐羹	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	金針鮮菇蘿蔔湯	時令水果	V	V	V
			下午	油飯									
31	二	上午	廣東粥	白米飯	蘿蔔燻肉	肉燥豆芽	時令蔬菜	馬鈴薯排骨湯	時令水果	V	V	V	
		下午	草仔粿										V

製表者：

何纓姿

保育組長：

洪羽萱

幼兒園主任：

楊偉彰

校長：

金湖國小

陳為信

※請家長上網參閱金湖國小首頁--餐點公告。

※當季時令水果（農曆8-9月）百香果、香古士、哈密瓜、鳳梨、木瓜、蘋果、葡萄、火龍果、水梨、芭樂、香蕉。

※若寶貝對某些食物有過敏或不適，請提早告知老師。

※點心供應可能依實際狀況略有調整。 ※餐點皆使用本國當地溫體豬肉。