**嘉義縣私立資優生幼兒園112學年度第一學期10月份餐點表**

**112年 10 月 1日~112年 10 月 31 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 2 | 一 | 絲瓜肉末粥 | 香椿蛋炒飯、紅燒獅子頭、筍絲排骨湯 ＊ | 鍋燒麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 3 | 二 | 小芋頭包、牛奶 | 什錦冬粉、海帶芽小丸子湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 三 | 蔬菜水餃湯 | 糖醋肉、木耳針菇滷白菜、蒜炒四季豆、蛤蠣冬瓜湯 | 紅豆西米露、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 南瓜香菇瘦肉粥 ＊ | 雜糧饅頭、蜂蜜檸檬茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 五 | 牛奶燕麥粥 | 香菇肉燥、魚板蒸蛋、火腿炒銀芽、番茄豆腐排骨湯 | 地瓜綠豆湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 三 | 蔬菜鮮菇粥 | 麻婆豆腐、鮮菇炒絲瓜、味増小魚洋蔥湯 ＊ | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 四 | 薯餅、麥茶 | 鍋燒烏龍麵、滷蛋半顆 | 小菜包、冬瓜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 五 | 草莓吐司、豆漿 | 洋蔥鮮菇豬肉燴飯、炒青菜  榨菜肉絲湯 ＊ | 雞蛋粉絲湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 一 | 雞絲麵 | 廣式炒飯、甜椒炒檸檬雞柳、豆薯蛋花湯 | 枸杞小米粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 二 | 絲瓜豆簽羹 | 磨菇義大利麵、椒鹽雞塊、  玉米濃湯 ✽ | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 三 | 滑蛋雞肉粥 | 瓜子肉、韭菜炒蛋、蒜炒青 菜、翡翠丸子湯 | 蔬菜水餃湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 四 | 白菜餛飩湯 | 廣東粥、油條 ＊ | 小肉包、菊花蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 五 | 喜瑞爾脆片、  雞蛋牛奶 | 刈包、冬菜粉絲湯 | 全麥饅頭、  牛奶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 一 | 奶酥吐司、豆漿 | 水餃、冬瓜湯 | 珍珠糯米丸、麥茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 二 | 米漿 | 麻醬麵、小黃瓜絲、滷蛋半顆  柴魚湯 | 外省湯麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 三 | 玉米吻仔魚粥 | 茄汁洋蔥豬柳、大黃瓜炒貢丸、紫菜蛋花湯 | 布丁、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 四 | 黑糖饅頭、麥茶 | 皮蛋瘦肉粥 、香菇貢丸 | 壽司、養生茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 五 | 古早味湯麵 | 杏苞菇燒肉、玉米滑蛋、小黃瓜炒雲耳玉米筍、當歸養生湯 | 黑輪、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 一 | 巧克力吐司、豆漿 | 香菇芋頭肉粥 ＊ | 米苔目、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 31 | 二 | 蘋果麵包、養生茶 | 瓜仔雞、香滷筍干、蒜味油菜、  白玉貢丸湯 | 綠豆粉條、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |

**＊10月10日雙十節為國定假日，10月9日調整放假(已於9/23補行上班)。**

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**