

臺北市景新非營利幼兒園餐點表

113年10月

日期	時間	(10/28) 星期一	10/1 (10/29) 星期二	10/2 (10/30) 星期三	10/3 (10/31) 星期四	10/4 星期五	* * * * 經營營養學家指導，本園特別精心安排於每天上午點心為綜合水果，藉此均衡孩子的營養與不偏食的好習慣。 為了培養寶貝良好的生活習慣及作息，請讓孩子每天早睡早起，並在家用完早餐再來上學，如此更可增進親子間良好的互動關係唷！ 本園午餐皆以糙米+多種穀物方式提供滿滿的營養喔！ 本園餐點採用紐西蘭進口奶粉，並使用合格廠商之麵包及各項麵食，以孩子的健康為主張，各項餐點皆有嚴格過濾把關，敬請各位家長安心。
10/1~10/4 (10/28-10/31)	上午點心	綜合水果	綜合水果	綜合水果	綜合水果	綜合水果	
	午餐	什錦炒米粉 (蝦米、紅蘿蔔、木耳、肉絲、香菇、魚板、高麗菜) 高麗菜味噌湯	蘋果洋蔥燴雞丁 小魚乾炒高麗菜 時鮮蔬菜 蘿蔔排骨湯	鼓蒸排骨 香菇炒胡瓜 時鮮蔬菜 番茄豆腐湯	櫛瓜嫩雞 肉末炒干絲 時鮮蔬菜 薑絲蚵湯	茄汁魚片 番茄炒蛋 時鮮蔬菜 金針排骨湯	
	下午點心	紅豆吐司+牛奶	鍋燒意麵	黑糖薑汁地瓜湯	關東煮	芝麻饅頭+豆漿	
10/07~10/11	上午點心	10/07 綜合水果	10/08 綜合水果	10/09 綜合水果		10/11 綜合水果	
	午餐	洋蔥炒肉片 炒三絲 時鮮蔬菜 大黃瓜排骨湯	清蒸鱸魚 螞蟻上樹 時鮮蔬菜 綜合鮮菇湯	高麗菜炒飯 (蛋、絞肉丁、高麗菜、紅蘿蔔、魚板絲) 牛蒡雞湯		打拋雞肉 蜜汁甜不辣 時鮮蔬菜 海帶芽蛋花湯	
	下午點心	什錦米粉	芋香西米露	小麵包+牛奶		慶生會(杯子蛋糕+養生茶)	
10/14~10/18	上午點心	10/14 綜合水果	10/15 綜合水果	10/16 綜合水果	10/17 綜合水果	10/18 綜合水果	
	午餐	馬鈴薯條炒肉絲 紅燒豆腐 時鮮蔬菜 莧菜吻魚湯	日式燒肉 客家小炒 時鮮蔬菜 味噌豆腐湯	番茄蔬菜義大麵 (絞肉、香菇、洋蔥、番茄、紅蘿蔔) 南瓜濃湯	蔥燒魚片 玉米肉末 時鮮蔬菜 枸杞雞湯	洋蔥雞柳 胡蘿蔔炒蛋 時鮮蔬菜 黃豆芽排骨湯	
	下午點心	綠豆豆花	蔬菜雲吞湯	蘇打餅乾+牛奶	廣東粥	黑糖饅頭+豆漿	
10/21~10/25	上午點心	10/21 綜合水果	10/22 綜合水果	10/23 綜合水果	10/24 綜合水果	10/25 綜合水果	
	午餐	彩椒雞丁 銀魚烘蛋 時鮮蔬菜 羅宋湯	蔥燒雞肉燴飯 (蔬菜、木耳、雞肉、紅蘿蔔、香菇、洋蔥) 綜合蔬菜骨湯	蘿蔔燒肉 豆皮炒雪裡紅 時鮮蔬菜 蓮藕排骨湯	糖醋魚片 銀芽肉絲 時鮮蔬菜 玉米排骨湯	香菇肉燥 蒜香四季豆 時鮮蔬菜 鳳梨苦瓜雞湯	
	下午點心	牛角麵包+牛奶	南瓜鹹粥	蔥花捲+豆漿	肉羹麵	桂圓紫米粥	

本園使用國產豬肉，本土全蛋無使用進口蛋液