

內湖國小附設幼兒園10月菜單

日期	星期	早點	午餐					午點
			主食	主菜	副菜	青菜	湯	
10/1 (供應熟食)	二	杯子蛋糕+鮮乳	芝麻飯	馬鈴薯燉肉 肉片, 馬鈴薯	木耳炒冬瓜 冬瓜, 木耳, 紅蘿蔔	應青	海芽鮑菇湯 乾海芽, 鮑菇	水果拼盤
10月2日	三	乾拌水餃*5	壽司+應青+竹筍肉絲湯 海苔片, 洗選蛋, 紅蘿蔔, 小黃瓜, 肉鬆, 玉米粒+青菜+竹筍, 肉絲					水果拼盤
10月3日	四	鳳梨香菇雞湯 雞丁, 鳳梨, 香菇, 紅粟	紫米飯	洋芋燒雞 雞丁, 馬鈴薯	冬瓜燴魚羹 冬瓜, 魚羹, 紅蘿蔔	應青	山藥肉絲湯 山藥, 肉絲	水果 白饅頭+鮮乳
10月4日	五	慶生蛋糕+麥茶	肉絲炒麵+應青+味噌湯 黃油麵, 肉絲, 香菇, 胡蘿蔔, 高麗菜+應青+味噌, 豆腐, 海帶芽, 柴魚片					水果拼盤
10月7日	一	珍珠丸子*3	五穀飯	素滷桶 素肚, 熟花生, 杏鮑菇, 白蘿蔔	香菇蒸蛋 洗選蛋, 香菇	應青	白菜鮮菇湯 大白菜, 金針菇	水果拼盤
10月8日	二	滑蛋玉米粥 玉米粒, 洗選蛋, 香菇	胚芽飯	梅干肉 絞肉, 筍干, 梅干菜	木須南瓜 南瓜, 黑木耳, 胡蘿蔔	應青	玉米排骨湯 玉米粒, 排骨	水果 奶皇包+鮮乳
10月9日	三	貢丸湯 貢丸*2, 白蘿蔔	客家炒米粉+應青+海芽蛋花湯 米粉, 豆芽菜, 韭菜, 肉絲, 生木耳, 紅蘿蔔+應青+乾海芽, 洗選蛋					水果拼盤
10月10日	四	國慶日放假						
10月11日	五	香煎蘿蔔糕*2	南瓜香菇炊飯+筍香燒雞+應青+白菜三絲湯 南瓜, 碎干丁, 生香菇, 三色丁, 洋蔥+雞丁, 脆筍片+應青+大白菜, 木耳, 紅蘿蔔					水果拼盤
10月14日	一	小籠湯包*3	麥片飯	茄汁豆腐 豆腐, 洋蔥, 甜椒, 蕃茄醬	絲瓜麵線 絲瓜, 麵線, 薑	應青	黃瓜黑輪湯 大黃瓜, 黑輪	水果拼盤
10月15日	二	酸辣湯冬粉 冬粉, 豆腐, 黑木耳, 脆筍絲	五穀飯	古早味肉燥 絞肉, 香菇, 洋蔥	拌三絲 白干絲, 芹菜, 紅蘿蔔	應青	蒲瓜大骨湯 蒲瓜, 大骨	水果 黑糖小饅頭*2+鮮乳
10月16日	三	香蒸地瓜*1	肉絲炒飯+應青+白菜三絲湯 肉絲, 洋蔥, 洗選蛋+應青+大白菜, 木耳, 紅蘿蔔					水果拼盤
10月17日	四	芙蓉粥 蛋, 玉米粒, 青菜, 洋蔥	海苔飯	豉汁雞丁 雞丁, 冬瓜, 豆豉	紅燒麵筋 麵筋泡, 白蘿蔔, 生香菇	應青	紫菜豆腐湯 紫菜, 豆腐	水果 筍香包+鮮乳
10月18日	五	鍋貼*3	什錦炒麵+應青+筍片大骨湯 黃油麵, 洋蔥, 紅蘿蔔, 生香菇, 青菜, 豆干片+青菜+筍片, 大骨					水果拼盤
10月21日	一	香煎蔥抓餅*1	紫米飯	白菜滷 大白菜, 角螺, 香菇	紅絲炒蛋 洗選蛋, 胡蘿蔔, 青蔥	應青	高麗玉米湯 高麗菜, 玉米粒	水果拼盤
10月22日	二	鍋燒雞絲麵 雞絲麵, 洗選蛋, 青菜, 洋蔥	胚芽飯	三杯雞 雞丁, 洋蔥, 油豆腐, 九層塔	蛋酥白菜 大白菜, 秀珍菇, 雞蛋	應青	木瓜排骨湯 青木瓜, 排骨	水果 雙色饅頭+鮮乳
10月23日	三	饅頭夾蔥蛋 饅頭, 洗選蛋, 蔥	義大利肉醬麵+應青+南瓜濃湯 螺旋麵, 絞肉, 洋蔥, 三色丁, 香菇, 義大利麵醬+應青+南瓜, 洋蔥, 胡蘿蔔, 奶水					水果拼盤
10月24日	四	蛋餅	五穀飯	京醬肉絲 肉絲, 洋蔥, 甜椒, 甜麵醬	螞蟻上樹 絞肉, 高麗菜, 木耳, 冬粉	應青	羅宋湯 馬鈴薯, 洋蔥, 蕃茄	水果 菜包+鮮乳
10月25日	五	魚丸湯 魚丸*2, 紫菜, 芹菜	滷肉飯+應青+味噌海芽湯 番茄, 蛋, 絞肉, 高麗菜+應青+味噌, 海芽, 洋蔥					水果拼盤
10月28日	一	日式關東煮 白蘿蔔, 油豆腐, 黑輪, 柴魚片	地瓜飯	馬鈴薯燒麵腸 馬鈴薯, 麵腸	香菇花菜 花椰菜, 秀珍菇, 胡蘿蔔	應青	海結油豆腐湯 海帶結, 油豆腐	水果拼盤
10月29日	二	蕃茄豬肉湯麵 鍋燒意麵, 肉片, 洋蔥, 蕃茄, 金針菇	芝麻飯	香酥魚片 魚肉, 甜不辣	培根高麗菜 高麗菜, 培根, 胡蘿蔔	應青	蕃茄蛋花湯 番茄, 蛋, 洋蔥	水果 馬拉糕+鮮乳
10月30日	三	水煮玉米 1/2玉米粒*2	炸醬麵+應青+紫菜豆腐湯 白油麵, 絞肉, 洋蔥, 三色丁, 生香菇, 豆干丁, 甜麵醬(大瓶)+應青+紫菜, 豆腐					水果拼盤
10月31日	四	台式鹹粥 絞肉, 碎脯, 大白菜, 香菇	麥片飯	糖醋肉片 鳳梨片, 洋蔥, 肉片	塔香茄子 九層塔, 茄子	應青	冬瓜肉絲湯 冬瓜, 肉絲	水果 銀絲卷+鮮乳