

新北市新興國小附設幼兒園107學年度第一學期10月份菜單

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心	餐點類別檢核表			
					全穀 根莖類	豆魚 肉蛋類	蔬菜類	水果類
10/1	一	蘿蔔糕 米漿	燕麥飯 魷魷魚塊 紅蘿蔔炒蛋 有機蔬菜 香蕉 金針排骨湯	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
10/2	二	丹麥吐司 優酪乳	紫米飯 紅燒豆腐 洋蔥炒蛋 有機蔬菜 葡萄 蕃茄蔬菜湯	蜂蜜蛋糕 麥茶	✓	✓	✓	✓
10/3	三	生日蛋糕 養樂多	地瓜飯 蜜汁雞腿 螞蟻上樹 有機蔬菜 百香果 香菇雞湯	玉米脆片 牛奶	✓	✓	✓	✓
10/4	四	蛋餅 米漿	地瓜飯 滿漢小香腸 火腿炒蛋 有機蔬菜 小蕃茄 冬瓜蛤蠣湯	牛奶花生	✓	✓	✓	✓
10/5	五	杯子蛋糕 果汁牛奶	培根奶油通心麵 有機蔬菜 芭樂 玉米濃湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
10/8	一	豆沙包 豆漿	芝麻飯 腰果雞丁 玉米肉末 有機蔬菜 香蕉 貢丸湯	甜玉米 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/9	二	小可頌 優酪乳	白米飯 素咖哩 有機蔬菜 鳳梨 南瓜濃湯	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
10/10	三	國慶日放假一天						
10/11	四	香草毛巾捲 高鈣牛乳	白米飯 日式壽喜燒 什錦蒸蛋 有機蔬菜 葡萄 綠竹筍排骨湯	牛奶西米露	✓	✓	✓	✓
10/12	五	小飯糰 米漿	水餃 有機蔬菜 木瓜 鮮菇排骨湯	蛋塔 鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/15	一	鹹奶油餐包 優酪乳	燕麥飯 檸檬魚片 螞蟻上樹 有機蔬菜 香蕉 冬瓜蛤蠣湯	香蔥麵包 水果牛奶	✓	✓	✓	✓
10/16	二	蛋餅 黑豆漿	地瓜飯 玉米鮮香菇 滷百頁豆腐 有機蔬菜 蘋果 鮮菇豆腐湯	玉米脆片 牛奶	✓	✓	✓	✓
10/17	三	草莓大理石麵包 黑芝麻豆奶	雜糧飯 香煎豬里肌 黃瓜木耳香菇丸 有機蔬菜 小蕃茄 紫菜蛋花湯	豆花	✓	✓	✓	✓
10/18	四	紅豆吐司 鮮奶	芝麻飯 清蒸鮮魚 胡蘿蔔炒蛋 有機蔬菜 芭樂 蘿蔔排骨湯	香菇玉米雞茸粥	✓	✓	✓	✓
10/19	五	蘿蔔糕 黑豆漿	白米飯 咖哩雞肉燴飯 有機蔬菜 鳳梨 玉米排骨湯	草莓麵包 優酪乳	✓	✓	✓	✓
10/22	一	芋頭吐司 優酪乳	白米飯 蔥爆豬肉 玉米肉末 有機蔬菜 葡萄 餛飩湯	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
10/23	二	菜包 米漿	燕麥飯 玉米筍炒香什錦蒸蛋 有機蔬菜 木瓜 海帶豆芽湯	奶皇包 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/24	三	杯子蛋糕 鮮奶	紫米飯 西芹炒貢丸 蔥爆三層肉 有機蔬菜 黃金奇異果 香菇雞湯	虎皮蛋糕 優酪乳	✓	✓	✓	✓
10/25	四	蛋餅 米漿	麵 什錦炒麵 有機蔬菜 香蕉 味噌豆腐湯	淡水魚丸湯	✓	✓	✓	✓
10/26	五	蔓越莓蛋糕捲 鮮奶	雜糧飯 炸雞塊 火腿炒蛋 有機蔬菜 芭樂 酸辣湯	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
10/29	一	蛋餅 米漿	白米飯 咖哩雞肉燴飯 有機蔬菜 小蕃茄 蘿蔔排骨湯	蜂蜜蛋糕 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
10/30	二	蘿蔔糕 黑豆漿	地瓜飯 紅燒豆腐 洋蔥炒蛋 有機蔬菜 木瓜 鮮菇豆腐湯	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
10/31	三	巧克力大理石麵包 優酪乳	白米飯 洋蔥雞柳 螞蟻上樹 有機蔬菜 葡萄 黃瓜排骨湯	甜玉米 麥茶	✓	✓	✓	✓

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週二將進行蔬食日。

(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味，天氣冷熱，教學活動所需，而隨機調整。

(3) 本餐點內容參考新北市衛生局幼兒食譜及新北市幼兒園餐點設計。

(4) 自本學期起，安心有機蔬菜及禁用基改食材，每日一道有機蔬菜。