

新北市新興國小附設幼兒園113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	二	蘿蔔糕 黑豆漿	糙米飯	紅燒豆腐	什錦蒸蛋	有機蔬菜	芭樂	酸辣湯	虎皮蛋糕 麥茶	✓	✓	✓	✓	
10/2	三	生日蛋糕	白米飯	小雞塊	玉米炒蛋	有機蔬菜	葡萄	香菇雞湯	關東煮	✓	✓	✓	✓	
10/3	四	蔥花蛋 豆漿	紫米飯	筍絲控肉	吻仔魚炒蛋	有機蔬菜	木瓜	貢丸湯	紅豆甜湯	✓	✓	✓	✓	
10/4	五	小菠蘿 優酪乳	地瓜飯	蒜泥白肉	豆絲韭菜	有機蔬菜	小蕃茄	金針排骨湯	玉米脆片 牛奶	✓	✓	✓	✓	
10/7	一	羅宋麵包 牛奶	什錦炒麵				有機蔬菜	香蕉 玉米蛋花湯	蜂蜜蛋糕 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓	
10/8	二	蛋餅 米漿	芝麻飯	玉米筍鮮菇	什錦蒸蛋	有機蔬菜	橘子	蕃茄蛋花湯	葡萄柚司 豆漿	✓	✓	✓	✓	
10/9	三	葡萄蛋糕捲 牛奶	芝麻飯	蒜泥白肉	豆絲韭菜	有機蔬菜	芭樂	味噌豆腐湯	雞蓉玉米粥	✓	✓	✓	✓	
10/10	四	國慶日												
10/11	五	杯子蛋糕 牛奶	鍋 貼				有機蔬菜	蘋果 蘿蔔排骨湯	羅宋麵包 麥茶	✓	✓	✓	✓	
10/14	一	葡萄柚司 豆漿	燕麥飯	香煎豬里肌	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	香蕉	香菇雞湯	蜂蜜蛋糕 牛奶	✓	✓	✓	✓	
10/15	二	蛋餅 米漿	地瓜飯	玉米筍鮮菇	什錦蒸蛋	有機蔬菜	火龍果	蕃茄蔬菜湯	烏龍麵	✓	✓	✓	✓	
10/16	三	黃金起司麵包 優酪乳	糙米飯	蜜汁雞腿	菜脯炒蛋	有機蔬菜	葡萄	餛飩湯	清粥小菜	✓	✓	✓	✓	
10/17	四	黑糖饅頭 豆漿	培根奶油通心麵				有機蔬菜	芭樂 南瓜濃湯	葡萄柚司 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓	
10/18	五	小布利 黑豆漿	白米飯	糖醋雞丁	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	木瓜	淡水魚丸湯	小蛋塔 麥茶	✓	✓	✓	✓	
10/21	一	小菠蘿 牛奶	芝麻飯	蔥爆豬柳	螞蟻上樹	有機蔬菜	香蕉	味噌豆腐湯	蜂蜜蛋糕 優酪乳	✓	✓	✓	✓	
10/22	二	蘿蔔糕 米漿	什錦炒麵				有機蔬菜	芭樂 玉米蛋花湯	仙草蜜	✓	✓	✓	✓	
10/23	三	羅宋麵包 牛奶	地瓜飯	清蒸鮮魚	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	香蕉	蒜頭雞湯	蛋汁雞絲麵	✓	✓	✓	✓	
10/24	四	黑糖饅頭 豆漿	糙米飯	咖哩雞肉飯		有機蔬菜	小蕃茄	玉米濃湯	葡萄柚司 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓	
10/25	五		戶外教學(餐盒)								✓	✓	✓	✓
10/28	一	葡萄柚司 豆奶	芝麻飯	日式壽喜燒	西芹貢丸	有機蔬菜	香蕉	貢丸湯	蜂蜜蛋糕 優酪乳	✓	✓	✓	✓	
10/29	二	蛋餅 黑豆漿	白米飯	鵝蛋油豆腐	花椰菜玉米筍	有機蔬菜	芭樂	蕃茄蛋花湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓	
10/30	三	小布利 牛奶	糙米飯	蔥爆雞柳	玉米炒蛋	有機蔬菜	火龍果	餛飩湯	翡翠吻仔魚粥	✓	✓	✓	✓	
10/31	四	黑糖饅頭 米漿	糙米飯	京都排骨	吻仔魚炒蛋	有機蔬菜	葡萄	竹筍排骨湯	小蛋塔 牛奶	✓	✓	✓	✓	

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週二將進行蔬食日。(10/22防震視導暫停一次)

(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) 本園每日一道有機蔬菜，禁用基改食材。

(5) 本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉(豬腿肉/里肌肉)，向淡水農會供應商採買。

(6) 本園未使用輻射污染食品。