

新竹市立新竹幼兒園 113 年 10 月餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐					下午點心
			主食	主菜	副菜 1	副菜 2	湯類	
1	二	截切水果	芝麻飯	馬鈴薯燉肉	木耳炒冬瓜	炒青菜	蕃茄蛋花湯	菜包.鮮乳
2	三	水果拼盤	薏仁飯	樹子蒸魚	塔香麵腸	炒青菜	味噌豆腐湯	皮蛋瘦肉粥
3	四	截切水果	糙米飯	洋蔥肉絲	頓南瓜	炒青菜	蘿蔔海根湯	全麥吐司.優酪乳
4	五	截切水果	紫米飯	豆干炒肉絲	鮮瓜麵線	炒青菜	玉米鮮湯	貢丸湯
7	一	截切水果	麥片飯	紅蘿蔔炒蛋	香炒洋芋	炒青菜	青菜豆腐湯	古早味豆花
8	二	截切水果	地瓜飯	干丁肉燥	冬瓜燴魚羹	炒青菜	枸杞山藥湯	肉包.鮮乳
9	三	截切水果	五穀飯	無骨雞排/蘿蔔燒肉	茄汁肉醬	炒青菜	海芽蛋花湯	廣東粥
10	四	雙十國慶						
11	五	截切水果	小米飯	味噌燒魚	銀芽肉絲	炒青菜	青瓜大骨湯	鍋貼.枸杞茶
14	一	截切水果	芝麻飯	玉米蒸蛋	什錦干絲	炒青菜	冬瓜鮑菇湯	地瓜西米露
15	二	截切水果	薏仁飯	蕃茄燉肉	花菜什錦	炒青菜	南瓜肉絲湯	水煎包.鮮乳
16	三	水果拼盤	糙米飯	滷豬排	豆皮炒高麗	炒青菜	大滷湯	炒烏龍
17	四	截切水果	紫米飯	肉燥油腐	黃瓜木耳	炒青菜	紫菜蛋花湯	紅豆餐包.優酪乳
18	五	截切水果	麥片飯	豆豉蒸魚	鮮蔬冬粉	炒青菜	蘿蔔排骨湯	餛飩湯
21	一	截切水果	胚芽飯	番茄炒蛋	花生麵筋	炒青菜	肉骨茶湯	綠豆薏仁湯
22	二	截切水果	地瓜飯	回鍋肉	關東煮	炒青菜	鮮蔬蛋花湯	水煮玉米.鮮乳
23	三	截切水果	五穀飯	蒲燒鯛魚	玉米肉末	炒青菜	竹筍肉絲湯	南瓜鹹粥
24	四	截切水果	小米飯	咖哩肉片	蒲瓜木耳	炒青菜	味噌海芽湯	牛角麵包.優酪乳
25	五	截切水果	紫米飯	鐵板肉絲	白菜滷	炒青菜	黃瓜肉片	麵線糊
28	一	截切水果	芝麻飯	香菇蒸蛋	塔香百頁	炒青菜	瓠瓜粉絲湯	冬瓜仙草蜜
29	二	截切水果	糙米飯	瓜仔肉燥	炒雙花	炒青菜	海芽金菇湯	小饅頭.鮮乳
30	三	水果拼盤	薏仁飯	酥炸魚排/味噌魚片	麻婆豆腐	炒青菜	羅宋湯	肉燥乾麵
31	四	截切水果	燕麥飯	冬瓜燒肉	蛋香高麗菜	炒青菜	豆薯絞肉湯	黑糖餐包.優酪乳

