



臺南市快樂托嬰中心 115 學年度第一學期 10 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
10/1	四	蒲瓜麵線+柚子	小米飯+杏鮑三杯雞(雞腿肉. 九層塔. 杏鮑菇)+炒高麗菜+薑絲蛤蜊湯	什錦板條湯	✓	✓	✓	✓
10/2	五	玉米蛋花粥+香蕉	什錦海鮮鍋燒意麵(魚丸. 魚柳. 蛤蜊. 肉絲. 高麗菜. 豆芽菜. 木耳)	香菇筍絲粥	✓	✓	✓	✓
10/5	一	全麥饅頭+蘋果	高麗菜水餃(甘藍、豬絞肉)+玉米濃湯	白菜魚丸冬粉湯	✓	✓	✓	✓
10/6	二	田園蔬菜湯+香蕉	白飯+台式打拋豬(豬絞肉. 番茄. 九層塔)+炒油菜+枸杞香菇雞湯	鮮奶吐司+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/7	三	豆漿+芭樂	白醬菇菇義大利麵(花椰菜. 毛豆. 秀珍菇. 香菇. 蛋絲)+青菜紫菜湯	紅豆紫米湯	✓	✓	✓	✓
10/8	四	鮮肉包+蘋果	雞肉絲飯(雞肉. 筍絲)+清炒空心菜+玉米蛋花湯	古早味麵線糊	✓	✓	✓	✓
10/9	五		國慶日放假					
10/12	一	芝麻饅頭+蘋果	古早味肉燥乾麵(豆芽菜. 小白菜)+滷豆干. 海帶+金針排骨湯	時蔬雞絲麵	✓	✓	✓	✓
10/13	二	翡翠魚片粥+芭樂	燕麥飯+蘋果豬肉咖哩(馬鈴薯. 紅蘿蔔. 豬肉. 花椰菜)+黃瓜魚丸湯	奶油麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/14	三	蔬菜蘇打餅+柳橙	時蔬元氣糙米粥(玉米. 紅蘿蔔. 香菇. 毛豆. 甘藍. 雞蛋)+素鬆	當歸麵線	✓	✓	✓	✓
10/15	四	豆漿+蘋果	日式昆布烏龍湯麵(甘藍. 雞肉. 海帶. 紅蘿蔔. 魚丸. 香菇)	時蔬鮪魚粥	✓	✓	✓	✓
10/16	五	奶皇包+鳳梨	沙茶豬肉燴飯(洋蔥. 豬肉. 油菜)+味噌小魚乾豆腐湯	春雨味噌湯	✓	✓	✓	✓
10/19	一	鮮奶饅頭+香蕉	紅燒軟骨麵(紅白蘿蔔. 香菇. 豬軟骨. 小白菜)	滑蛋肉末粥	✓	✓	✓	✓
10/20	二	豆薯蛋花湯+蘋果	五穀飯+蜜汁翅小腿(小雞腿. 海帶)+黃瓜炒甜不辣+羅宋湯	奶酥麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/21	三	豆漿+芭樂	三色營養涼麵(玉米. 蛋絲. 小黃瓜)+海芽金針湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
10/22	四	甘藍豆腐湯+蘋果	紫米飯+馬鈴薯燉雞(紅蘿蔔. 馬鈴薯. 雞腿肉)+清炒空心菜+玉米大骨湯	高麗菜鹹粥	✓	✓	✓	✓
10/23	五	紅豆包+芭樂	皮蛋瘦肉粥(皮蛋. 玉米. 紅蘿蔔絲. 香菇. 豬絞肉)+肉鬆	水煮蛋	✓	✓	✓	✓
10/26	一		光復節放假					
10/27	二	黑糖饅頭+香蕉	關廟魯麵(肉羹. 肉絲. 高麗菜. 大白菜. 木耳絲. 紅蘿蔔. 雞蛋)	藍莓餐包+牛奶	✓	✓	✓	✓
10/28	三	玉米濃湯+蘋果	五行蔬菜拌飯(菜豆. 紅蘿蔔絲. 玉米粒. 木耳. 雞蛋. 香菇)+紫菜菇菇湯	和風湯麵	✓	✓	✓	✓
10/29	四	豆漿+芭樂	番茄豬肉什錦拉麵(豬肉. 高麗菜. 小白菜. 紅蘿蔔. 香菇)	蘿蔔關東煮	✓	✓	✓	✓
10/30	五	陽春麵+芭樂	五穀飯+紅燒滷肉(滷肉、滷蛋、滷豆干)+奶香炒銀芽+蒜頭蚬仔湯	雞肉玉米粥	✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬肉、雞肉及蛋 ★每日提供當季水果

★餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，如遇特殊狀況(颱風、退貨、物價)，將會做適當調整，

且不另做公告，不便之處敬請見諒！

★本園有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，

以上食材幼生如有禁忌，請主動告知老師！

園長核章：

快樂托嬰中心 副食品餐點表

單週週次

雙週週次

星期一

雞茸玉耳粥
黑木耳、玉米粒、雞肉

香菇鮭魚粥
香菇、胡蘿蔔、鮭魚

星期二

洋蔥小豬粥
胡蘿蔔、豬肉、洋蔥

青花小豬粥
綠花椰、豬肉、洋蔥

星期三

菇花鮭魚粥
綠花椰、香菇、鮭魚

瓜瓜鮭魚粥
地瓜、黑木耳、鮭魚

星期四

瓜瓜咕雞粥
南瓜、胡蘿蔔、雞肉

鮮蔬咕雞粥
香菇、雞肉、玉米粒

星期五

地瓜豬豬粥
地瓜、香菇、豬肉

金瓜小寶粥
南瓜、豬肉、胡蘿蔔

※副食粥品採用慈心認證有機白米、國產豬肉每日鮮煮

※餐點表若因食材無法供應，則依當日購買食材進行微調。



本園所使用

台灣豬

Taiwan Pork Only