115年10月餐點表										
							10/1星期四		10/2星期五	
早餐							餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
							三絲冬粉湯	冬粉	慶生蛋糕	蛋糕
								豬肉絲		
								小白菜		
								紅蘿蔔		
午餐							糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
								白米		白米
							京醬肉絲	肉絲	滑蛋雞柳	雞胸柳
								蔥		蛋
								甜麵醬		生香菇
							木須芽菜	木耳	長豆肉末	長豆
								豆芽菜		豬肉
								紅蘿蔔	活力蔬菜湯	傳統豆腐
							竹筍貢丸湯	竹筍		高麗菜
								貢丸		胡蘿蔔
								芹菜		香菇
							時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
							時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
午點							玉米脆片	玉米脆片	餛飩湯	餛飩
							牛奶	牛奶		小白菜
1										

115年10月餐點表										
	10/5星期一		10/6星期二		10/7星期三		10/8星期四			
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容		
早點	味噌拉麵	小烏龍麵	起司饅頭	起司饅頭	鍋燒雞絲麵	雞絲麵	葡萄乾吐司	葡萄乾吐司		
		味噌	洛神花茶	洛神花茶		小白菜	牛奶	牛奶		
		海帶芽				肉絲				
		玉米粒								
		蔥花								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	夏威夷炒飯	豬肉絲	燕麥飯	燕麥		
		白米		白米		鳳梨		白米		
	黃瓜脆雞丁	雞胸丁	海帶滷鳥蛋	海帶結		火腿	紅燒獅子頭	獅子頭		
		小黃瓜		鳥蛋		肉鬆		大白菜		
		紅蘿蔔	紅蘿蔔炒豆皮	紅蘿蔔		青豆仁		紅蘿蔔		
		甜麵醬		豆皮		洋蔥		木耳		
	彩椒甜不辣	甜椒	蓮藕薏仁湯	蓮藕		白米	鮑菇炒蛋	蛋		
		甜不辣		大薏仁	青木瓜雞湯	雞丁		杏鮑菇		
	菇菇鮮肉湯	生香菇	時令蔬菜	時令蔬菜		青木瓜	海芽小魚湯	海帶芽		
		肉絲	時令水果	時令水果		薑片		吻仔魚		
		鮑魚菇			時令蔬菜	時令蔬菜		蔥		
		杏鮑菇			時令水果	時令水果	時令蔬菜	時令蔬菜		
	有機蔬菜	有機蔬菜					時令水果	時令水果		
	時令水果	時令水果								
午點	綠豆芋圓湯	綠豆	馬鈴薯蔬菜湯	馬鈴薯	滑蛋小米粥	米	手工石花凍	石花菜		
		芋圓		洋蔥		小米		五穀粉		
				紅蘿蔔		絞肉				
				高麗菜		蛋				
						芹菜				
2										

115年10月餐點表										
	10/12星期一		10/13星期二		10/14星期三		10/15星期四		10/16星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	切仔麵	麵條	南瓜饅頭	南瓜饅頭	雞蓉玉米粥	白米	蔥花麵包	蔥花麵包	大魯麵疙瘩	水餃皮
		豆芽菜	牛奶	牛奶		雞胸肉	決明茶	決明茶		肉絲
		肉燥				玉米粒				黑木耳
						雞蛋				紅蘿蔔
										雞蛋
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	青醬奶油雞丁螺旋麵	白醬	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		螺旋麵		白米		白米
	吻仔魚蔥花蛋	吻仔魚	照燒菇菇豆腐	板豆腐		雞丁	百頁燒肉	百頁豆腐	雞肉粉絲煲	雞肉
		蔥		生香菇		洋蔥		梅花肉		冬粉
		蛋		紅蘿蔔		杏鮑菇		不辣豆瓣醬		蔥
	洋芋碎肉	馬鈴薯	海帶芽炒蛋	海帶芽		紅蘿蔔		滷包	海結燒素雞	海帶結
		絞肉		炒蛋		青花菜	香菇炒高麗菜	香菇		素雞
	黃瓜雞絲湯	大黃瓜	玉米金菇湯	胡蘿蔔		青醬罐頭		高麗菜	金針肉絲湯	豬肉絲
		雞絲		金針菇	酸辣湯	豆腐	蘿蔔排骨湯	大骨		乾金針
	時令水果	時令水果		甜玉米		黑木耳		白蘿蔔		嫩薑
	時令蔬菜	時令蔬菜	時令水果	時令水果		紅蘿蔔		香菜	時令蔬菜	時令蔬菜
			時令蔬菜	時令蔬菜		金茸菇	時令蔬菜	時令蔬菜	時令水果	時令水果
						蛋	時令水果	時令水果		
					時令水果	時令水果				
					高麗菜	高麗菜				
午點	肉燥米粉炒	米粉	銀耳紅棗湯	白木耳	哨子麵	小烏龍麵	客家粄條	粄條	紅豆小湯圓	紅豆
		韭菜		紅棗		雞蛋		豆芽菜		小湯圓
		豆芽菜		枸杞		番茄		肉絲		
		絞肉				乾香菇		紅蘿蔔絲		
						絞肉		木耳絲		
						洋蔥				

115年10月餐點表										
	10/19星期一		10/20星期二		10/21星期三		10/22星期四		10/23星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	榨菜肉絲麵	小烏龍麵	奶酥包	奶酥包	五穀瘦肉粥	絞肉	可頌	可頌	香芋米粉湯	米粉
		肉絲	麥茶	麥茶		小白菜	牛奶	牛奶		芋頭
		紅蘿蔔絲				米				芹菜末
		榨菜				五穀米				香菇
		木耳絲								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	金瓜炒米粉	細乾米粉	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		南瓜		白米		白米
	茄汁肉片	豬肉片	三杯麵腸	麵腸		乾香菇	梅干肉片	豬肉片	滷小腿	小雞腿
		蕃茄醬		蒜仁		肉絲		梅干菜	塔香海茸	海茸
		青椒		薑		芹菜末	芋香白菜	芋頭		九層塔
		洋蔥		九層塔	紫菜魚丸湯	蔥		大白菜	山藥排骨湯	山藥
	吻仔魚炒豆干	吻仔魚	木耳炒蛋	木耳		紫菜	薑絲冬瓜湯	冬瓜		排骨
		豆干丁		雞蛋		魚丸		薑		枸杞
	味噌菇菇湯	鴻喜菇	蔬菜玉米湯	玉米	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
		味噌		白蘿蔔	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
		豆腐		紅蘿蔔						
		洋蔥		黑木耳						
	有機蔬菜	有機蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜						
	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果						
午點	芋香西米露	芋頭	蔬菜通心粉濃湯	白醬料理塊	仙草米苔目	米苔目	綜合滷味	杏鮑菇	燒賣	燒賣
		西米露		高麗菜		仙草		鳥蛋	冬瓜茶	冬瓜茶
		椰漿		洋菇				白蘿蔔		
				洋蔥				海帶結		
				馬鈴薯						
				冷凍玉米粒						
				通心粉						
4										

115年10月餐點表										
	10/27星期二		10/28星期三		10/29星期四		10/30星期五			
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容		
早點	銀絲卷	銀絲卷	廣東粥	白米	菠蘿麵包	菠蘿麵包	蔬菜麵線	麵線		
	低糖豆漿	低糖豆漿		雞蛋	蜂蜜檸檬汁	蜂蜜		菠菜		
				油條		檸檬		梅花肉片		
				皮蛋				紅蘿蔔		
				瘦豬絞肉						
				蔥						
午餐	薏仁飯	薏仁	咖哩雞肉燴飯	雞肉丁	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻		
		白米		洋蔥		白米		白米		
	豆干炒三絲	豆干片		紅蘿蔔	油蔥肉燥	絞肉	蘑菇雞丁	雞丁		
		木耳		咖哩塊		油蔥		洋菇		
		紅蘿蔔		馬鈴薯		豆乾丁		青豆仁		
		芹菜	三絲湯	肉絲	枸杞絲瓜	枸杞		洋蔥		
	奶香金茸玉米	玉米粒		紅蘿蔔		絲瓜	黃瓜燴魚丸	大黃瓜		
		金針菇		木耳絲	瓜仔雞湯	雞肉		魚丸		
		奶油	時令蔬菜	時令蔬菜		脆瓜罐頭	白菜豆腐湯	小白菜		
	番茄木耳蛋花湯	番茄	時令水果	時令水果		薑片		豆腐		
		蛋			時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜		
		木耳			時令水果	時令水果	時令水果	時令水果		
	時令蔬菜	時令蔬菜								
	時令水果	時令水果								
午點	關東煮	白蘿蔔	芝麻牛奶麥片	芝麻粉(熟)	炒冬粉	冬粉	紫菜蛋花湯餃	紫菜		
		竹輪		奶粉		肉絲		蛋		
		甜不辣		桂格燕麥片		紅蘿蔔絲		水餃		
		紅蘿蔔				洋蔥				
						木耳絲				

★本份餐點如對芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品過敏者，請聯繫班級老師。