

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園114年10月餐點表

			午 餐						全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬 菜 類	水果 類	
日期	星期	早 點	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果	午 點				
1	三	馬來糕、牛奶	糙米飯	三杯雞	芝麻海帶	時令蔬菜	南瓜蔬菜湯	時令水果	黑糖豆花	✓	✓	✓	✓
2	四	雞蛋麵	糙米飯	蘿蔔滷肉	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	紫菜湯	時令水果	油豆腐細粉	✓	✓	✓	✓
3	五	烏龍麵	糙米飯	豬肉丼飯、青菜豆腐湯				時令水果	芋頭米粉	✓	✓	✓	✓
6	一	~<中秋節放假>~											
7	二	鍋燒意麵	糙米飯	糖醋腿丁	客家小炒	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	蔬菜糙米粥	✓	✓	✓	✓
8	三	大滷麵	糙米飯	粉蒸肉	糖醋甜不辣	時令蔬菜	海帶芽蛋花湯	時令水果	蔬菜拉麵	✓	✓	✓	✓
9	四	當歸枸杞麵線	糙米飯	彩椒豬柳	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	肉羹稀飯	✓	✓	✓	✓
10	五	~<雙十國慶日放假>~											
13	一	味噌拉麵	糙米飯	香酥雞	蘿蔔炒玉米	時令蔬菜	大黃瓜湯	時令水果	香菇肉絲粥	✓	✓	✓	✓
14	二	肉絲冬粉	糙米飯	海帶燒肉	螞蟻上樹	時令蔬菜	冬瓜雞骨湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
15	三	廣東粥	糙米飯	雪菜肉絲	蔥燒板豆腐	時令蔬菜	枸杞紅棗湯	時令水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
16	四	榨菜肉絲麵	糙米飯	醬燒雞肉	雪裡紅炒豆干	時令蔬菜	金針花湯	時令水果	雞蓉玉米粥	✓	✓	✓	✓
17	五	皮蛋瘦肉粥	蕃茄肉末義大利麵、玉米濃湯					時令水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
20	一	南瓜營養粥	糙米飯	蔥爆雞丁	毛豆炒玉米	時令蔬菜	蕃茄蛋花湯	時令水果	什錦鹹湯圓	✓	✓	✓	✓
21	二	金瓜米粉	糙米飯	炸豬排	洋蔥金針菇	時令蔬菜	菇菇湯	時令水果	香菇肉粥	✓	✓	✓	✓
22	三	肉燥湯麵	糙米飯	菇菇滷肉	彩蔬豆干絲	時令蔬菜	牛蒡湯	時令水果	客家板條	✓	✓	✓	✓
23	四	蘿蔔糕	糙米飯	洋蔥肉絲	九層塔炒蛋	時令蔬菜	大黃瓜湯	時令水果	滑蛋冬粉	✓	✓	✓	✓
24	五	~<光復節補假一天>~											
27	一	肉羹米粉	糙米飯	咕咾肉	芹菜炒豆皮	時令蔬菜	枸杞山藥湯	時令水果	瓠瓜稀飯	✓	✓	✓	✓
28	二	貢丸粉絲	糙米飯	豬肉滷豆干	玉米滑蛋	時令蔬菜	貢丸蘿蔔湯	時令水果	菇菇糙米粥	✓	✓	✓	✓
29	三	米粉湯	糙米飯	瓜仔肉	馬鈴薯毛豆	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	蔬菜拉麵	✓	✓	✓	✓
30	四	時蔬雞肉粥	糙米飯	酥炸小魚	肉末麻婆豆腐	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	燕麥綠豆湯	✓	✓	✓	✓
31	五	肉鬆稀飯	豬肉絲什錦蔬燴飯(糙米飯)、味噌豆腐湯					時令水果	無奶油戚風蛋糕	✓	✓	✓	✓

本園未使用輻射污染食品，並一律使用芬芳烹材提供的CAS合格電宰場屠宰的國產優良畜養豬隻，請安心食用。

如因遇天災或不可抗力之因素，有些食材無法供應時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭

