

臺灣大學附設幼兒園 113 學年度第一學期 10 月份餐點表

週次	日期/星期	晨光乳品	午 餐					下午點心	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯 品		水果
一	10/1(二)	鮮乳	蔓越莓糙米飯	魚香烘蛋	豆皮絲瓜	季節時蔬	味增豆腐湯	時令水果	乳酪地瓜 豆奶
	10/2(三)	豆奶	咖哩什錦飯		香滷雞腿	季節時蔬	南瓜玉米湯	時令水果	起士麵包 大麥水
	10/3(四)		四季豆菜飯	馬鈴薯燒肉	番茄炒蛋	季節時蔬	大黃瓜丸子湯	時令水果	肉鬆三明治 黑糖牛奶
	10/4(五)		青江菜飯	故鄉肉燥	素炒大黃瓜	季節時蔬	蘿蔔玉米湯	時令水果	紅豆紫米粥
二	10/7(一)		蛋香素食炒飯		醬燒豆腐	季節時蔬	莧菜蛋花湯	時令水果	白煮蛋 大麥水
	10/8(二)	鮮乳	茄汁義大利麵		什錦天婦羅	季節時蔬	玉米濃湯	時令水果	圓蛋糕 豆奶
	10/9(三)	豆奶	肉燥香菇油飯		香 Q 滷蛋	季節時蔬	肉羹湯	時令水果	藍莓起士貝果 黑糖奶
	10/10(四)		雙十國慶放假一天						
	10/10(五)		綠豆飯	醬燒魚塊	豆皮高麗菜	季節時蔬	冬瓜丸子湯	時令水果	玉米三明治 大麥水
三	10/14(一)		蔬香刀削湯麵		蛋香豆腐燒	季節時蔬		時令水果	蘿蔔糕 燕麥奶
	10/15(二)	鮮乳	雞米咖哩飯		五香小雞腿	季節時蔬	味增豆腐湯	時令水果	全麥蘇打餅 豆奶
	10/16(三)	豆奶	綠豆胚芽飯	番茄豆腐丸子燒	肉絲豆腸	季節時蔬	莧菜菇菇湯	時令水果	法式三明治 黑糖牛奶
	10/17(四)		葡萄乾胚芽飯	打拋牛肉	清炒絲瓜	季節時蔬	牛蒡絲肉片湯	時令水果	香鬆飯糰 木耳露
	10/18(五)		蔓越莓糙米飯	魚香烘蛋	蝦皮瓠瓜	季節時蔬	蘿蔔玉米湯	時令水果	圓蛋糕 薏仁漿
四	10/21(一)	鮮乳	蔬香麵線		素燒海帶結	季節時蔬		時令水果	芋頭糕 大麥水
	10/22(二)	豆奶	青江菜飯	桂竹燒肉	絲瓜燴什菇	季節時蔬	冬瓜丸子湯	時令水果	消化餅 豆奶
	10/23(三)		什錦咖哩燴飯(加茄子蔬)		蔬菜天婦羅	季節時蔬	海帶丸子蛋花湯	時令水果	奶油捲 木耳露
	10/24(四)		海苔胚芽飯	吻魚炒蛋	大黃瓜燴什錦	季節時蔬	番茄豆腐湯	時令水果	鹹奶油吐司 百香果汁
	10/25(五)		紅豆飯	南瓜燒肉	三色玉米	季節時蔬	牛蒡肉片湯	時令水果	圓蛋糕 落神蜜
五	10/28(一)	鮮乳	什錦蔬菜粥		五香蛋什錦鍋	季節時蔬		時令水果	饅頭夾蛋 大麥水
	10/29(二)	豆奶	茄汁義大利麵		香酥麥克雞塊	季節時蔬	南瓜玉米湯	時令水果	奶油吐司 豆奶
	10/30(三)		葡萄乾胚芽飯	小魚時蔬炒蛋	醬燒豆腐	季節時蔬	大黃瓜丸湯	時令水果	起士麵包 木耳露
	10/31(四)		海苔酥糙米飯	藕片燒梅肉	番茄炒蛋	季節時蔬	海帶味增湯	時令水果	綠豆薏仁湯

- ◎每日早晨及週二下午由台大農場直送鮮奶與豆奶、新鮮、營養、好喝！！
- ◎響應減碳愛地球，實施「週一無肉日」力行環境保護。
- ◎餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，園方保留變動調整的權利!不便之處，敬請原諒。
- ◎**本園一律使用合法國產肉品為食材**，餐點使用之食材皆為台灣本土生產之產品。
- ◎為避免孩子攝取過多的糖分及脂肪，飲品皆為無糖或低糖，請家長放心！
- ◎如需餐點單請自行下載，謝謝！