

財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園107年10月份菜單



廚工：陳傳國

日期	週	早點心			午餐						午點心	
		主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果	主食	副食
10/1	一	銀絲卷	米漿		瓜仔肉	香腸	紅燒豆腐	青菜	海帶芽湯	水果	甜八寶粥	
10/2	二	蘿蔔糕	豆漿		水餃	糖醋豆包	魚香三色	青菜	白菜肉羹湯	水果	肉羹麵線	
10/3	三	蛋餅	阿華田		梅干滷肉	絲瓜麵線	紅蘿蔔炒蛋	青菜	榨菜三絲湯	水果	小蛋糕	麥茶
10/4	四	地瓜粥	香菇麵筋	青菜	紅燒肉排	蔬菜咖哩	醬爆干丁	青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	水煮玉米	椰漿西米露
10/5	五	全麥饅頭	米漿		肉絲炒麵	香料烤雞腿	青菜1	青菜2	酸菜豬血湯	水果	油飯	蛋花湯
10/8	一	鍋貼	豆漿		清蒸魚	蕃茄炒蛋	吻魚海芽	青菜	味噌豆腐湯	水果	豆沙包	玉米濃湯
10/9	二	芙蓉蔬菜粥	滷油豆腐	青菜	夏威夷炒飯	脆瓜玉米	蔬香豆干	青菜	青菜蛋花湯	水果	油蔥河粉湯	
10/10	三	國慶日										
10/11	四	抓餅	米漿		香烤雞腿	玉米肉茸	瓜仔肉	青菜	朴菜筍片湯	水果	小銀絲卷	麥片甜湯
10/12	五	糙米飯糰	豆漿		金菇豬柳	枸杞冬瓜	油燻筍干	青菜	榨菜素茸湯	水果	綜合甜湯圓	
10/15	一	蛋餅	豆漿		照燒滷肉	醬燒甜不辣	西芹肉絲	青菜	雙色蘿蔔湯	水果	白珍珠	味噌豆腐湯
10/16	二	蔬菜蛋吐司	鮮奶		清蒸魚	紹子豆腐	爆蒜南瓜	青菜	大瓜丸片湯	水果	魚丸細粉湯	
10/17	三	銀魚翡翠粥	肉鬆	青菜	雞柳炒烏龍麵	青椒肉絲	枸杞蒸蛋	青菜	紫菜蛋花湯	水果	茶葉蛋	紅豆QQ
10/18	四	菜肉包	米漿		蔥爆肉片	小瓜杏菇	塔香茄子	青菜	冬菜粉絲湯	水果	葡萄乾吐司	地瓜西米露
10/19	五	薯泥大亨堡	豆漿		油蔥雞絲飯	鮮菇玉米	黃金薯條	青菜	蔬菜蛋花湯	水果	關東煮	
10/22	一	河粉蛋餅	米漿		瓜仔肉排	咖哩洋芋	枸杞花椰	青菜	四神湯	水果	蔥油餅	冬瓜茶
10/23	二	法式吐司	豆漿		蜜汁烤雞腿	紅燒冬瓜	螞蟻上樹	青菜	玉米蛋花湯	水果	烤地瓜	鳳梨西米露
10/24	三	蒸餃	米漿		養生飯+筍干滷肉	花生麵筋	刺瓜丸片	青菜	紫菜豆腐湯	水果	黑糖捲	雙豆粉條湯
10/25	四	竹筍肉末粥	蔬菜煎蛋	青菜	紅燒雞肉	紅蘿蔔炒蛋	京醬豆腸	青菜	朴菜筍絲湯	水果	肉羹麵線	
10/26	五	蘿蔔糕	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	香酥龍鳳腿	青菜	銀蘿貢丸湯	水果	韭菜盒	營養麥片
10/29	一	起司蛋餅	豆漿		香滷雞腿	翠瓜炒菇	蘿蔔麵輪	青菜	味噌豆腐湯	水果	紅豆紫米粥	
10/30	二	花生吐司	牛奶		木耳燒肉	魚香豆腐	番茄白花	青菜	玉米濃湯	水果	餛飩麵湯	
10/31	三	蔥抓餅	豆漿		養生飯+香酥蝦排	蘿蔔炒蛋	青花菇菇	青菜	薑絲冬瓜湯	水果	鮮肉包	綠豆沙珍珠湯