

# 宜蘭縣私立康寶爾幼兒園



## ☺☺☺ 112 年 10 月份餐點表 ☺☺☺

日期	星期	早上點心	午 餐	下午點心
2	一	玉米濃湯	炒麵，青菜，紫菜蛋花湯，水果	綠豆湯
3	二	豆皮冬粉	小米飯，咖哩肉，麻婆豆腐，青菜，苦瓜排骨湯，水果	米粉湯
4	三	香菇粥	糙米飯，青椒炒雞柳，炒麵腸，青菜，鮮菇湯，水果	粉圓
5	四	河粉湯	紫米飯，碎肉豆干丁，煎蛋，青菜，小魚湯，水果	肉絲麵
6	五	蔬菜米苔目	五穀飯，杏包菇炒肉片，炒甜不辣，青菜，竹筍湯，水果	皮蛋瘦肉粥
9	一	彈	性	放
10	二	雙	十	節
11	三	什錦粥	小米飯，鳳梨雞丁，滷麵圈，青菜，冬瓜蛤蜊湯，水果	米粉羹
12	四	紅麵線	糙米飯，滑蛋肉片，木耳三絲，青菜，玉米湯，水果	枸杞木耳湯
13	五	蘿蔔糕	五穀飯，紅燒肉，炒什錦菇，青菜，味噌湯，水果	八寶粥
16	一	洋芋濃湯	炒飯，青菜，黃瓜湯，水果	綠豆湯
17	二	粿仔湯	糙米飯，芋頭燒肉，煎蛋，青菜，香菇雞湯，水果	湯餃
18	三	五彩粥	紫米飯，雞塊，蒸蛋，青菜，蕃茄湯，水果	薏仁湯
19	四	拉麵	五穀飯，馬鈴薯肉片，芹菜豆包，青菜，枸杞菇湯，水果	竹筍粥
20	五	米苔目	芋頭飯，肉羹，青菜，水果	鹹粥
23	一	紅麵線	咖哩燴飯，青菜，什錦湯，水果	花豆湯
24	二	鮮蔬蘿蔔糕湯	糙米飯，洋蔥炒肉絲，涼拌海帶絲，青菜，酸辣湯，水果	什錦麵疙瘩
25	三	小魚粥	小米飯，雞絲三菇，紅燒豆腐，青菜，排骨湯，水果	西谷米
26	四	油豆腐細粉	紫米飯，滷肉，炒木耳，青菜，蛤蜊湯，水果	大滷麵
27	五	芹香麵線	糙米飯，洋蔥丸子，滷油豆腐，青菜，小魚湯，水果	地瓜粥
30	一	玉米濃湯	什錦炒飯，青菜，蛋花湯，水果	紅豆湯
31	二	芋頭糕湯	地瓜飯，玉米雞丁，螞蟻上樹，青菜，蜆湯，水果	銀耳湯

本園內餐點之生鮮豬肉原產地為台灣

營養諮詢:員山榮民醫院營養室

實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整