

宜蘭縣私立康寶爾幼兒園



☺☺☺ 113 年 10 月份餐點表 ☺☺☺

日期	星期	早上點心	午 餐	下午點心
1	二	芹 菜 麵 線	小米飯，紅燒肉，三色菜，青菜，蛤蜊湯，水果	米 粉 湯
2	三	小 魚 粥	五穀飯，蠔油雞丁，紅蘿蔔炒蛋，青菜，排骨湯，水果	粉 圓
3	四	肉 絲 冬 粉	紫米飯，碎肉豆干丁，螞蟻上樹，青菜，鮮蔬湯，水果	麵 疙 瘩
4	五	河 粉 湯	糙米飯，杏包菇炒肉片，炒海帶絲，青菜，味噌湯，水果	八 寶 粥
7	一	紅 麵 線	炒 麵 ， 青 菜 ， 紫 菜 湯 ， 水 果	綠 豆 湯
8	二	蘿 蔔 糕 湯	小米飯，沙茶肉片，芹菜豆包，青菜，玉米湯，水果	湯 餃
9	三	香 菇 粥	糙米飯，雞絲三菇，炒甜不辣，青菜，小魚湯，水果	椰 奶 西 谷 米
10	四	國	慶	日
11	五	肉 絲 麵 線	五穀飯，咖哩肉，炒麵腸，青菜，蜆湯，水果	桂 圓 粥
14	一	玉 米 濃 湯	什 錦 燴 飯 ， 青 菜 ， 豆 腐 湯 ， 水 果	紅 豆 湯
15	二	蔬 菜 細 粉	小米飯，五香肉絲，蔥蛋，青菜，黃瓜湯，水果	米 粉 羹
16	三	蘿 蔔 粥	紫 米 飯 ， 肉 羹 ， 青 菜 ， 水 果	大 滷 麵
17	四	芋 頭 糕 湯	糙米飯，玉米肉丁，滷麵圈，青菜，枸杞鮮菇湯，水果	銀 耳 湯
18	五	陽 春 麵	地瓜飯，洋蔥丸子，滷油豆腐，青菜，酸辣湯，水果	鹹 粥
21	一	紅 麵 線	咖 哩 燴 飯 ， 青 菜 ， 海 帶 芽 湯 ， 水 果	芋 頭 米 粉
22	二	粿 仔 湯	小米飯，洋蔥炒肉絲，炒冬粉，青菜，排骨湯，水果	什 錦 麵 疙 瘩
23	三	芋 頭 粥	紫米飯，雞塊，蒸蛋，青菜，薑絲蛤蜊湯，水果	綠 豆 薏 仁
24	四	拉 麵	糙米飯，馬鈴薯肉片，什錦菇，青菜，時蔬蛋花湯，水果	地 瓜 湯
25	五	蔬 菜 麵 線	五穀飯，青椒炒肉絲，滷海帶，青菜，苦瓜湯，水果	小 米 粥
28	一	洋 芋 濃 湯	炒 飯 ， 青 菜 ， 什 錦 湯 ， 水 果	花 豆 湯
29	二	切 仔 麵	糙米飯，滑蛋肉片，炒豆包，青菜，鮮菇湯，水果	鮮 蔬 湯 餃
30	三	肉 絲 粥	小米飯，鳳梨雞丁，白菜滷，青菜，仔魚湯，水果	枸 杞 木 耳 湯
31	四	鮮 菇 麵	紫米飯，滷肉，炒蛋，青菜，什錦湯，水果	綠 豆 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