**臺南市維也納幼兒園113學年度第一學期10月份餐點表**

| 日期 | 星期 | 上午點心  (詳列主要食材) | 午 餐  (詳列主要食材) | 水果 | 下午點心  (詳列主要食材) | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 9/30 | 一 | 五彩球.牛奶 | 茄汁肉絲炒飯(三色豆.番茄醬.蛋.肉絲.蔥花)、龍骨菜頭湯 | 香蕉 | 鍋燒關廟麵(豆菜.蛋.紅蘿蔔.香菇) | √ | √ | √ | √ |
| 10/1 | 二 | 滑蛋雞絲麵 | 白飯、青菜(豆芽菜)、滷豆干、煎蛋、味噌豆腐湯(味噌豆腐.) | 蘋果 | 米血菜頭(米血.蔥花.肉燥.菜頭) | √ | √ | √ | √ |
| 10/2 | 三 | 什錦羹 | 素燥飯、油豆腐、薑絲冬瓜湯 | 蘋果 | 白饅頭、麥茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/3 | 四 | 玉米濃湯(素) | 白飯、青菜(紅蘿蔔炒蛋)、素肉燥、菜卷、胡瓜蛋花湯 | 蘋果 | 車輪餅、冬瓜茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/4 | 五 | 餐包、牛奶 | 三鮮什錦蔬菜滷麵(魚羹.肉羹.高麗菜.木耳.筍絲.蛋花.紅蘿蔔) | 香蕉 | 綜合粉圓湯 | √ | √ | √ | √ |
| 10/5 | 六 | 週 休 | | | | | | | |
| 10/7 | 一 | 雞蛋糕.牛奶(素) | 什錦蔬菜炒麵(高麗菜. 素肉燥.紅蘿蔔.木耳.筍絲)、豆薯蛋花湯 | 香蕉 | 綠豆湯 | √ | √ | √ | √ |
| 10/8 | 二 | 水餃蛋花湯 | 白飯、青菜(山白)、紅燒豆腐、滷蛋、瓜仔雞湯 | 蘋果 | 銀絲卷、冬瓜茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/9 | 三 | 什錦丸湯(貢丸.魚丸.蝦仁丸.香菇丸.蔥花) | 三色茄汁炒飯(三色豆.番茄醬.蛋.肉絲.)、豆薯蛋花湯 | 蘋果 | 綜合粉圓湯 | √ | √ | √ | √ |
| 10/10 | 四 | * 雙十國慶放假一天 ※ | | | | | | | |
| 10/11 | 五 | 吐司、牛奶 | 地瓜粥、蔥蛋、土豆麵筋、海苔肉鬆 | 蘋果 | 原味豆花 | √ | √ | √ | √ |
| 10/12 | 六 | **週 休** | | | | | | | |
| 10/14 | 一 | 玉米脆片.牛奶 | 肉燥飯、紅蘿蔔炒蛋、薑絲冬瓜湯 | 香蕉 | 鍋燒雞絲麵(白菜.肉絲.蛋.玉米.紅蘿蔔) | √ | √ | √ | √ |
| 10/15 | 二 | 肉燥米粉湯 | 白飯、青菜(洋蔥炒蛋)、吻仔魚、蔥蛋、大骨菜頭湯 | 蘋果 | 關東煮  (黑輪.米血) | √ | √ | √ | √ |
| 10/16 | 三 | 什錦大鍋菜(素餃類.菜頭.素肉.紅蘿蔔.玉米) | 什錦蔬菜咖哩燴飯  (素肉.馬鈴薯.紅蘿蔔.玉米粒.蔬菜丸.咖哩) | 蘋果 | 綜合粉圓湯 | √ | √ | √ | √ |
| 10/17 | 四 | 玉米濃湯(高麗菜.素肉燥.香菇.三色豆) (素) | 白飯、青菜(豆芽)、油豆腐、炒蛋、紫菜味噌湯 | 香蕉 | 車輪餅、冬瓜茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/18 | 五 | 餐包、牛奶 | 什錦蝦仁炒麵(高麗菜.肉絲.紅蘿蔔.木耳.蝦仁)、胡瓜魚丸湯 | 西瓜 | 黑糖饅頭、麥茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/19 | 六 | **週 休** | | | | | | | |
| 10/21 | 一 | 雞蛋糕.牛奶 | 什錦炒麵(高麗菜.肉絲.紅蘿蔔.木耳.蝦仁)、榨菜肉絲湯 | 蘋果 | 吻仔魚粥(肉燥.蔥花.小魚.紅蘿蔔) | √ | √ | √ | √ |
| 10/22 | 二 | 水餃蛋花湯 | 白飯、青菜(洋蔥炒蛋)、紅燒豆腐、肉燥、紫菜味噌湯 | 蘋果 | 紅豆薏仁 | √ | √ | √ | √ |
| 10/23 | 三 | 滑蛋素燥冬粉湯 | 白飯、青菜、滷蛋、素肉燥、酸白菜湯 | 香蕉 | 花捲、麥茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/24 | 四 | 什錦意麵(白菜.魚板.肉絲) | 白飯、青菜(紅蘿蔔炒蛋)、菜肉卷、滷冬瓜、龍骨菜頭湯 | 香蕉 | 水煮蛋、冬瓜茶 | √ | √ | √ | √ |
| 10/25 | 五 | 吐司、牛奶(素) | 什錦蔬菜炒飯(三色豆.番茄醬.蛋.素肉燥)、豆薯蛋花湯 | 蘋果 | 原味豆花 | √ | √ | √ | √ |
| 10/26 | 六 | **週 休** | | | | | | | |
| 10/28 | 一 | 五彩球.牛奶 | 三鮮時蔬炒麵(蝦仁.紅蘿蔔.木耳.高麗菜.洋蔥)、豆薯蛋花 | 蘋果 | 什錦羹 | √ | √ | √ | √ |
| 10/29 | 二 | 麻油肉絲麵線 | 白飯、青菜(山白)、紅燒豆腐、滷蛋、瓜仔雞湯 | 蘋果 | 綜合粉圓湯 | √ | √ | √ | √ |
| 10/30 | 三 | 玉米濃湯 | 肉燥飯、紅玉炒蛋、紫菜味噌湯 | 蘋果 | 什錦米粉湯(高麗菜.紅蘿蔔.肉絲.木耳) | √ | √ | √ | √ |
| 10/31 | 四 | 什錦雞絲麵(白菜.紅蘿蔔.肉絲) | 白飯、青菜(玉米粒)、炒豆干、煎蛋、味噌豆腐湯、水果 | 蘋果 | 白蛋、冬瓜茶 | √ | √ | √ | √ |
| 11/01 | 五 | 餐包、牛奶(素) | 什錦蔬菜咖哩燴飯(素肉.玉米.紅蘿蔔.木耳.咖哩) | 蘋果 | 奶油餅、麥茶 | √ | √ | √ | √ |

承辦人： 園長/負責人：