歸園文教機構
Educational Institute
主　　編：謝秀惠(園長)
編　　審：歸園文教機構
食譜設計：謝秀惠



115☆喜樹歸園.心馨園幼兒園十月份餐點表

日期	上午點心	午餐	下午點心
10/01(四)	黑糖饅頭、牛奶	青菜、滷黑輪、玉米炒蛋、當歸蘿蔔湯、水果(蘋果)(素) (絲瓜.黑輪.雞蛋.蘿蔔.玉米)	冬菜餛飩湯 (餛飩.冬菜)
10/02(五)	黑輪蛋花湯	肉羹麵、水果(蘋果) (肉羹、高麗菜、木耳、雞蛋、關廟麵)	紅豆湯
10/05(一)	彩色脆片.牛奶	五色彩炒飯、紫菜蛋花湯、水果(蘋果) (蕃茄醬.三色豆.豬肉.洋蔥.高麗菜.紫菜.雞蛋)	水餃蛋花湯 (水餃、雞蛋)
10/06(二)	玉米濃湯 (玉米.青豆仁.紅羅蔔.火	滷卑輪、青菜、茄汁豆腐、四物湯、水果(蘋果) (卑輪.豆腐.番茄.四物湯)	關東煮 (黑輪.菜頭.甜不辣)
10/07(三)	蔥花豆腐湯	什錦蔬菜關廟魯麵、水果(蘋果) (高麗菜.紅蘿蔔.肉羹.洋蔥.雞蛋)	什錦蔬菜粥 (高麗菜.紅蘿蔔.香菇)
10/08(四)	黑糖饅頭、牛奶	清粥、海苔肉鬆、菜脯蛋、滷麵筋、水果(蘋果) (海苔肉鬆.菜脯.雞蛋.麵筋)	四物麵線
10/09(五)	雙十國慶彈性放假一天	雙十國慶彈性放假一天	雙十國慶彈性放假一天
10/12(一)	玉米脆片、牛奶	五彩什錦蔬菜炒飯、海帶蛋花湯、水果(蘋果) (高麗菜.三色豆.海帶.雞蛋)	關東煮 (黑輪.菜頭.甜不辣)
10/13(二)	蔥花魚丸湯 (魚丸.蔥花)	青菜、肉燥瓜仔、芙蓉蛋、四物湯、水果(蘋果) (青菜.肉燥.泡芙.雞蛋.瓜仔)	紅豆湯
10/14(三)	玉米濃湯 (玉米.青豆仁.紅羅蔔.火	三鮮蔬菜炒麵、紫菜蛋花湯、水果(蘋果) (三色豆.高麗菜.關廟麵.木耳.紫菜.雞蛋)	香菇素肉粥 (素肉.紅蘿蔔.香菇)
10/15(四)	黑糖饅頭、牛奶	青菜、番茄炒蛋、油豆腐、薑絲冬瓜湯、水果(蘋果)(素) (番茄醬.雞蛋.油豆腐.冬瓜)	四物麵線
10/16(五)	冬菜餛飩湯 (餛飩.冬菜.小白菜)	清粥、海苔肉鬆、菜脯蛋、滷麵筋、水果(蘋果) (海苔肉鬆.菜脯.雞蛋.麵筋)	鍋燒意麵 (肉絲.黑輪.蛋.小白菜)
10/19(一)	玉米脆片、牛奶	什錦蔬菜炒麵、豆薯蛋花湯、水果(蘋果) (三色豆.高麗菜.關廟麵.木耳.豆薯.雞蛋)	什錦蔬菜粥 (高麗菜.紅蘿蔔.香菇.素肉)
10/20(二)	什錦丸湯 (魚丸.貢丸.花枝丸.蔥花)	青菜、滷油豆腐、蒸蛋、四物湯、水果(蘋果)(素) (青菜.油豆腐.雞蛋.四物)	甜不辣蛋花湯 (甜不辣.雞蛋)
10/21(三)	蔥花豆腐湯	清粥、海苔肉鬆、菜脯蛋、滷麵筋、水果(蘋果) (海苔肉鬆.菜脯.雞蛋.麵筋)	四物麵線
10/22(四)	饅頭、牛奶	青菜、滷卑輪、玉米炒蛋、大骨蘿蔔湯、水果(蘋果) (青菜.卑輪.雞蛋.白蘿蔔.大骨.玉米)	榨菜肉絲麵 (榨菜.木耳.紅蘿蔔.肉絲)
10/23(五)	冬菜餛飩湯 (餛飩.冬菜.小白菜)	什錦蔬菜咖哩飯、水果(蘋果) (馬鈴薯.紅蘿蔔.洋蔥.雞蛋)	紅豆湯
10/26(一)	光復節彈性放假	光復節彈性放假	光復節彈性放假
10/27(二)	玉米脆片、牛奶	時蔬菜炒飯、大骨菜頭湯、水果(蘋果) (高麗菜.木耳.紅羅蔔.洋蔥.蘿蔔)	關東煮 (黑輪.菜頭.大骨)
10/28(三)	蔥花豆腐湯	清粥、滷麵筋、菜脯蛋、海苔素鬆、水果(蘋果) (麵筋.菜脯.雞蛋.素鬆)	綠豆甜點
10/29(四)	饅頭、牛奶	青菜、煎蛋、瓜仔肉燥、薑絲冬瓜湯、水果(蘋果) (青菜.雞蛋.黑瓜.肉末.薑.冬瓜)	鍋燒意麵 (肉絲.黑輪.蛋.小白菜)
10/30(五)	火腿玉米濃湯 (火腿丁.玉米粒.洋蔥丁)	五彩什錦咖哩燴飯、水果(蘋果) (馬鈴薯.洋蔥.紅蘿蔔.雞蛋.高麗菜.三色豆)	冬菜餛飩湯 (餛飩.冬菜.小白菜)

※備註：1、遇特殊狀況(如颱風、退貨、菜價上揚)變動食譜。2、水果係暫定 3、本源使用國產豬、牛等食材