

2025 臺南市私立至美幼兒園 10 月份營養餐點表本園採用國產豬肉



日期	早點 (8:30)	午 餐 (11:20)	 (15:00)
10/1(三)	雞茸玉米濃湯	營養午餐〈絞肉、豆干、菜脯蛋、炒高麗菜、糙米飯〉紫菜蛋花湯	青菜餛飩湯
10/2(四)	吐司 牛奶	蔬菜火鍋〈肉片、魚餃、蛋餃、白蘿蔔、豆荳、紅蘿蔔、高麗菜、冬粉〉	奶皇包 冬瓜茶
10/3(五)	南瓜香菇粥	肉燥飯〈肉燥、洋蔥、肉鬆、魯蛋、季節蔬菜、白飯〉白蘿蔔貢丸湯	蘇打餅乾決 明茶
10/7(二)	雞蛋饅頭牛奶	府城打魯麵〈肉絲、肉羹、高麗菜、雞蛋、紅蘿蔔、筍絲、金針菇〉	雞蛋糕 麥茶
10/8(三)	蔬菜湯麵	營養午餐〈絞肉、醬燒甜不辣、肉捲、炒青江菜、糙米飯〉玉米蛋花湯	綠豆麥片
10/9(四)	香菇蛋麵線	炸醬乾拌麵〈肉燥、豆干丁、紅蘿蔔、小黃瓜、關廟麵〉杏菜小魚湯	香芋肉絲粥
10/13(一)	銀魚翡翠粥	田園蔬菜湯飯〈肉絲、鵪鶉蛋、紅蘿蔔、高麗菜、香菇、白飯〉	地瓜綠豆湯
10/14(二)	絲瓜麵線	水餃蛋花湯〈高麗菜水餃、雞蛋、高麗菜、紅蘿蔔〉	高麗菜 香菇粥
10/15(三)	什錦蔬菜麵	營養午餐〈絞肉、四角豆腐、洋蔥、香雞塊、紅蘿蔔炒蛋、糙米飯〉 菇菇湯	珍珠仙草蜜
10/16(四)	黑糖饅頭牛奶	蔬菜麵〈肉絲、雞蛋、花片、高麗菜、香菇、紅蘿蔔、蔥酥、白麵〉	關東煮
10/17(五)	滑蛋瘦肉粥	古早味油飯〈肉絲、花生、蔥頭、乾蝦仁、魷魚、乾香菇、白飯〉 豆腐味噌湯	紅豆餅 決明茶
10/20(一)	火腿玉米濃湯	鳳梨炒飯〈肉絲、玉米、青豆仁、鳳梨片、白飯〉香菇雞肉湯	茄汁鯖魚麵
10/21(二)	雞蛋吐司牛奶	藥膳排骨湯麵〈排骨、素羊肉、當歸包、紅蘿蔔、高麗菜、麵條〉	蔬菜蘿蔔糕
10/22(三)	油豆腐細粉	營養午餐〈肉燥、筍干、豆干、香腸、洋蔥炒蛋、糙米飯〉味噌小魚乾湯	紅豆 麥片
10/23(四)	牛奶饅頭牛奶	香菇肉羹飯〈肉絲、肉羹、雞蛋、高麗菜、木耳、香菇、紅蘿蔔、白飯〉	翡翠豆腐 雞蛋羹
10/27(一)	虱目魚粥	雞肉咖哩燴飯〈雞肉丁、甜咖哩、洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔、白飯〉	沙琪瑪麥茶
10/28(二)	芝麻饅頭牛奶	南瓜炒麵〈肉燥、香菇、南瓜、紅蘿蔔、高麗菜、白麵〉芹香貢丸湯	蔬菜湯餃
10/29(三)	枸杞蛋麵線	營養午餐〈肉燥、魯丸、紅蘿蔔、糖醋雞丁、炒青江菜、糙米飯〉 海帶芽蛋花湯	綜合粉圓
10/30(四)	葡萄乾吐司 牛奶	鍋燒意麵〈肉片、海鮮料、高麗菜、雞蛋、意麵〉	浮水魚羹
10/31(五)	清粥小菜	火腿蛋炒飯〈肉絲、火腿、洋蔥、雞蛋、三色豆、高麗菜、白飯〉 紫菜蛋花湯	茶葉蛋 麥茶

1. 每日供應餐點均當日現製，烹調方式為確保孩童健康，採少油、少鹽、少糖料理。
2. 選購餐後水果，當季蘋果、香蕉、芭樂、西瓜、鳳梨、小番茄輪流替換。