

2026 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(四)	黑糖饅頭 牛奶	蔬菜湯麵〈肉絲, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 香菇, 紅蘿蔔, 白蘿蔔, 白麵〉	蔬菜粥
10/2(五)	南瓜香菇粥	什錦蛋炒飯〈肉絲, 三色豆, 高麗菜, 雞蛋, 玉米粒, 白飯, 雞肉丁, 乾香菇〉香菇雞肉湯	紅豆麥片
10/5(一)	雞茸玉米濃湯	田園蔬菜湯飯〈肉絲, 花片, 貢丸, 魚丸, 金針菇, 雞蛋, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白飯〉	香菇肉羹
10/6(二)	玉米翡翠粥	府城打魯麵〈肉羹, 筍絲, 木耳絲, 高麗菜, 雞蛋, 胡蘿蔔, 關廟麵〉	綜合粉圓
10/7(三)	葡萄土司牛奶	營養午餐〈肉燥, 油豆腐, 洋蔥, 滷蛋, 紅蘿蔔炒蛋, 糙米飯〉 味噌小魚乾湯	油豆腐細粉
10/8(四)	芝麻饅頭 牛奶	鍋燒意麵〈肉片, 火鍋料, 紅蘿蔔, 白菜, 雞蛋〉	綠豆麥片
10/12(一)	火腿玉米濃湯	咖哩雞肉燴飯〈雞肉, 甜咖哩, 馬鈴薯, 雞蛋, 紅蘿蔔, 白飯〉	小西點麥茶
10/13(二)	小肉包牛奶	螞蟻上樹〈肉燥, 豆筋, 冬粉, 雞蛋, 紅蘿蔔, 木耳, 高麗菜〉 黃瓜魚丸湯	關東煮
10/14(三)	雞蛋土司牛奶	營養午餐〈肉燥, 豆乾丁, 洋蔥, 肉捲, 雞蛋炒高麗菜, 糙米飯〉 紫菜蛋花湯	紅豆麥片
10/15(四)	油豆腐細粉	什錦湯麵〈肉片, 花片, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 紅蘿蔔, 白麵〉	茄汁鯖魚麵
10/16(五)	滑蛋瘦肉粥	火腿蛋炒飯〈肉絲, 火腿, 三色豆, 雞蛋, 香菇, 白飯〉海帶芽蛋花湯	紅豆餅 決明茶
10/19(一)	牛奶饅頭 牛奶	咖哩雞肉燴飯〈雞肉, 甜咖哩, 馬鈴薯, 雞蛋, 紅蘿蔔, 白飯〉	綠豆麥片
10/20(二)	火腿玉米濃湯	蔬菜肉片湯麵〈肉片, 雞蛋, 花片, 魚丸, 紅蘿蔔, 香菇, 高麗菜, 白麵〉	蔬菜蘿蔔糕
10/21(三)	麻油蛋麵線	營養午餐〈肉燥, 魯丸, 香腸, 洋蔥炒蛋, 糙米飯〉紫菜蛋花湯	雞蛋糕 麥茶
10/22(四)	土司牛奶	鍋燒意麵〈肉片, 火鍋料, 紅蘿蔔, 高麗菜, 雞蛋〉	浮水魚羹
10/23(五)	肉鬆地瓜粥	鮭魚炒飯〈鮭魚, 雞蛋, 高麗菜, 洋蔥, 三島香鬆, 白飯〉菇菇湯	蘇打餅乾 冬瓜茶
10/27(二)	香菇高麗菜粥	酸辣湯餃〈雞蛋, 筍絲, 豆腐, 高麗菜, 紅蘿蔔, 木耳絲, 水餃〉	黑糖豆花
10/28(三)	翡翠 豆腐雞蛋羹	營養午餐〈肉燥, 甜不辣, 雞塊, 紅蘿蔔炒高麗菜, 糙米飯玉米蛋花湯〉	青菜餛飩湯
10/29(四)	虱目魚粥	麻醬麵〈肉燥, 豆干, 麻醬, 小黃瓜, 白麵〉芹香魚丸湯	鮮乳餅乾 決明子茶
10/30(五)	枸杞蛋麵線	鮮魚湯飯〈虱目魚肉, 肉絲, 筍絲, 魚丸, 花片, 雞蛋, 高麗菜, 香菇, 白飯〉	綜合粉圓

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、西瓜輪流替換。