

青草湖國小附設幼兒園10月菜單									
日期	星期	早點	午餐					水果	午點
			主食	主菜	副菜一	副菜三	湯		
10月1日	三	玉米滑蛋粥 玉米粒, 洗選蛋, 香菇	南瓜菇菇炊飯+應青+味噌湯 南瓜, 生香菇, 三色丁, 洋蔥+應青+味噌, 豆腐, 洋蔥					水果	銀絲捲+鮮乳
10月2日	四	慶生蛋糕	糙米飯	梅干肉 豬柳, 筍干, 梅干菜	冬瓜炒黑輪 冬瓜, 黑輪, 胡蘿蔔	應青	鮮蔬排骨湯 大白菜, 軟骨丁		水果+仙草蜜 金裝仙草
10月3日	五	麵線糊 蚵麵線, 木耳, 筍絲, 肉絲, 胡蘿蔔	炸醬麵+香酥翅小腿*2+炒青菜+牛蒡油腐湯 白油麵, 絞肉, 洋蔥, 三色丁, 生香菇, 豆干丁, 甜麵醬+調理翅小腿*2+青菜+牛蒡, 油豆腐					水果	銅鑼燒+福樂鮮乳
10月6日	一	中秋放假							
10月7日	二	芙蓉粥 洗選蛋, 玉米粒, 小白菜, 洋蔥	海苔飯	味噌燒肉 洋蔥, 肉片, 味噌	日式燒豆腐 凍豆腐, 木耳, 高麗菜, 柴魚片	應青	玉米大骨湯 玉米結, 大骨		水果+餛飩湯 餛飩*2, 紫菜
10月8日	三	貢丸湯 貢丸*2, 白蘿蔔	麻油炊飯+炒青菜+冬瓜金菇湯 豆干片, 高麗菜, 生木耳, 紅蘿蔔, 麻油+青菜+冬瓜, 金針菇					水果	牛角餐包+鮮乳
10月9日	四	蕃茄豬肉湯麵 黃油麵, 肉片, 洋蔥, 蕃茄, 金針菇	小米飯	蔥爆雞丁 雞丁, 洋蔥, 蔥	開陽白菜油 蝦米, 大白菜, 麵筋泡	應青	筍香肉片湯 筍片, 肉片		水果+燒賣*2
10月10日	五	國慶放假							
10月13日	一	乾拌水餃*5	芝麻飯	蜜汁雞丁 雞丁, 洋蔥, 彩椒	蕃茄炒蛋 洗選蛋, 蕃茄	應青	白菜凍腐湯 凍豆腐, 大白菜		水果+香煎蘿蔔糕*1
10月14日	二	廣東粥 絞肉, 胡蘿蔔, 洗選蛋, 高麗菜	五穀飯	砂鍋魚丁 魚丁, 大白菜, 凍豆腐, 沙茶醬	清蒸南瓜 枸杞, 南瓜	應青	如意排骨湯 黃豆芽, 軟骨丁		水果+綠豆麥片湯 綠豆, 麥片, 二砂
10月15日	三	銀絲卷+麥茶	玉米蛋炒飯+炒青菜+青瓜大骨湯 碎干丁, 玉米粒, 紅蘿蔔, 洗選蛋, 洋蔥+青菜+青木瓜, 大骨					水果	菜包+鮮乳
10月16日	四	味噌拉麵 味噌, 白油麵, 青江菜, 玉米粒, 肉片	薏仁飯	糖醋雞丁 雞丁, 洋蔥, 青椒, 蕃茄醬	木須白片 白片菜, 生木耳, 紅蘿蔔	應青	酸辣湯 肉絲, 豆腐, 金針菇, 紅蘿蔔		水果+小籠湯包*2
10月17日	五	當歸雞湯 雞丁, 凍豆腐, 大白菜, 金針菇, 當歸	蕃茄豬肉炒麵+油雞排+應青+白玉排骨湯 黃油麵, 肉片, 蕃茄, 香菇, 青江菜+生鮮雞排, 油包+應青+白蘿蔔, 軟骨丁					水果	黑糖餐包+鮮乳
10月20日	一	鍋貼*3	燕麥飯	洋芋燒雞 雞丁, 馬鈴薯	香菇蒸蛋 洗選蛋, 生香菇	應青	海芽鮑菇湯 乾海芽, 鮑菇		水果+小芝麻包*1
10月21日	二	皮蛋瘦肉粥 皮蛋, 高麗菜, 紅蘿蔔, 絞肉	小米飯	花菜燒肉 青花菜, 白片菜, 肉片	螞蟻上樹 絞肉, 高麗菜, 冬粉	應青	竹筍大骨湯 竹筍, 大骨		水果+珍珠豆花 黑珍珠, 盒裝豆花
10月22日	三	香蒸地瓜 冰心地瓜*1	白醬燉飯+炒青菜+羅宋湯 碎干丁, 三色丁, 生香菇, 洋蔥, 奶水+青菜+蕃茄, 洋芋, 洋蔥					水果	豆沙包+鮮乳
10月23日	四	酸辣湯冬粉 冬粉, 豆腐, 黑木耳, 脆筍絲	紫米飯	打拋豬肉 絞肉, 洋蔥, 番茄	冬瓜燒凍腐 冬瓜, 凍豆腐	應青	青菜蛋花湯 小白菜, 洗選蛋		水果+珍珠丸子*2
10月24日	五	光復放假							
10月27日	一	水煎包+紅棗茶	麥片飯	蒜泥白肉 肉片, 綠豆芽, 蒜	花菜炒干片 花椰菜, 香菇, 豆干片	應青	青菜蛋花湯 紫菜, 洗選蛋		水果+蔥抓餅*1/2
10月28日	二	地瓜肉末粥 地瓜, 生豆包, 絞肉, 鮑菇	胚芽飯	沙茶肉片 肉片, 洋蔥, 紅蘿蔔, 沙茶醬	彩繪南瓜 南瓜, 玉米筍, 紅蘿蔔	應青	蘿蔔大骨湯 白蘿蔔, 大骨		水果+燕麥紫米粥 紫米, 燕麥, 二砂
10月29日	三	饅頭夾蔥蛋 饅頭, 洗選蛋, 蔥	素咖哩炒麵+應青+青菜豆腐湯 黃油麵, 豆干片, 紅蘿蔔, 洋蔥, 高麗菜, 咖哩粉+應青+豆芽菜, 豆腐					水果	奶黃包+鮮乳
10月30日	四	乾拌板條 板條, 絞肉, 豆芽菜, 紅蘿蔔	糙米飯	蔥爆雞丁 雞丁, 洋蔥, 百頁豆腐, 青蔥	海根三絲 海帶絲, 紅蘿蔔, 白干絲	應青	南瓜排骨湯 南瓜, 軟骨丁		水果+鍋貼*2
10月31日	五	關東煮 米血, 白蘿蔔, 油豆腐, 柴魚片	古早味肉燥飯+蒲燒鯛魚+應青+薑絲冬瓜湯 絞肉, 洋蔥, 生香菇, 碎干丁+蒲燒鯛魚+應青+冬瓜, 薑					水果	全麥餐包+鮮乳
※餐點皆使用國產豬									
※過敏原標示: ★(含有魚、魚漿製品等)									

※過敏原標示:★(含有魚、魚漿製品等)