

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園
115 學年度第一學期 10 月份餐點表

		一	二	三	四	五
第一週	早點心				10/1 時令水果兩種	10/2
	午 餐				- 糙米飯 - 滷小雞腿 - 時令蔬菜 - 香菇蒸蛋	大活動補假一天
					牛蒡雞湯	
	午點心				古早味雞蛋糕	
第二週	早點心	10/5 時令水果兩種	10/6 時令水果兩種	10/7 時令水果兩種	10/8 時令水果兩種	10/9
	午 餐	- 糙米飯 - 炸土魷魚塊 - 時令蔬菜 - 蔥花蛋	- 糙米飯 - 竹筍燒肉 - 時令蔬菜 - 奶油白菜	- 糙米飯 - 蠔油杏鮑菇 - 時令蔬菜 - 雙色花椰菜	- 糙米飯 - 腰果雞丁 - 時令蔬菜 - 菇菇炒櫛瓜	國慶日補假一天
		紫菜蛋花湯	蓮藕排骨湯	白蘿蔔貢丸湯	冬瓜蛤蠣湯	
	午點心	香鬆飯糰	古早味鹹粥	黑糖豆花	關東煮	
第三週	早點心	10/12 時令水果兩種	10/13 時令水果兩種	10/14 時令水果兩種	10/15 時令水果兩種	10/16 時令水果兩種
	午 餐	- 糙米飯 - 馬鈴薯燉肉 - 時令蔬菜 - 銀芽炒韭菜	- 糙米飯 - 壽喜燒豬肉 - 時令蔬菜 - 起司蒸南瓜	- 糙米飯 - 滷麵腸 - 時令蔬菜 - 什錦燴黃瓜	- 糙米飯 - 西芹炒雞柳 - 時令蔬菜 - 蝦皮炒瓠瓜	- 金瓜米粉 - 時令蔬菜
		瓜仔雞湯	虱目魚丸湯	海帶芽味噌湯	金針排骨湯	玉米濃湯
	午點心	水煮蛋	麻油麵線	仙草蜜	香煎蘿蔔糕	小麵包
第四週	早點心	10/19 時令水果兩種	10/20 時令水果兩種	10/21 時令水果兩種	10/22 時令水果兩種	10/23 時令水果兩種
	午 餐	- 糙米飯 - 瓜子蒸肉 - 時令蔬菜 - 蒜香高麗菜	- 糙米飯 - 塔香三杯雞 - 時令蔬菜 - 芹菜甜不辣	- 糙米飯 - 什錦燴黃瓜 - 時令蔬菜 - 紅蘿蔔炒蛋	- 糙米飯 - 金針菇燴絲瓜 - 時令蔬菜 - 四季豆肉絲	- 鮭魚炒飯 - 時令蔬菜
		小青菜蛋花湯	肉羹湯	鮮菇湯	芹菜魚丸湯	小魚乾空心菜湯
	午點心	水煮玉米	餛飩麵	地瓜甜湯	玉米雞蓉粥	小麵包
第五週	早點心	10/26	10/27 時令水果兩種	10/28 時令水果兩種	10/29 時令水果兩種	10/30 時令水果兩種
	午 餐	光復節補假一天	- 糙米飯 - 清蒸鯛魚 - 時令蔬菜 - 螞蟻上樹	- 糙米飯 - 滷海帶筍絲 - 時令蔬菜 - 醬燒豆腐	- 糙米飯 - 毛豆炒山藥 - 時令蔬菜 - 糖醋雞丁	- 手工水餃 - 時令蔬菜
			白蘿蔔玉米湯	蘑菇濃湯	大黃瓜貢丸湯	酸辣湯
	午點心		糙米排骨粥	鍋燒意麵	蔥油餅	小麵包

【註】＊水果之廠商為「四季水果食品公司」；麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」；水餃之廠商為「金寶水餃」；餐點皆由廚工烹調

＊菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

＊食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廚工：