

### 東門國小附設幼兒園10月菜單

日期	星期	上午點心	午餐					下午點心	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯類		
10月2日	一	乾拌飯條 飯條, 絞肉, 豆芽菜, 韭菜, 胡蘿蔔, 香菇	麥片飯	咕咾肉 肉片, 洋蔥, 甜椒, 番茄醬	秀菇花菜 花椰菜, 秀珍菇, 胡蘿蔔	應青	紫菜蛋花湯 紫菜, 洗選蛋	水果拼盤	
10月3日	二	絲瓜滑蛋豆腐粥 絲瓜, 豆腐, 洗選蛋, 胡蘿蔔	薏仁飯	打拋豬 絞肉, 番茄, 洋蔥, 九層塔	冬瓜炒黑輪 冬瓜, 黑輪, 胡蘿蔔	應青	白菜鮮菇湯 大白菜, 金針菇	水果拼盤	
10月4日	三	黑糖小饅頭*2+福樂鮮奶	鳳梨蛋炒飯+梅干燒肉+炒青菜+味噌湯 洗選蛋, 鳳梨, 洋蔥, 火腿丁, 三色丁+肉丁, 筍干, 梅干菜+青菜+味噌, 豆腐, 洋蔥					綠豆米苔目甜湯 綠豆, 米苔目	
10月5日	四	肉骨湯冬粉 冬粉, 高麗菜, 凍豆腐, 金針菇, 排骨, 肉骨茶包	糙米飯	玉米燒雞 雞丁, 玉米粒	豆皮黃瓜 角螺, 生香菇, 大黃瓜	應青	蒲瓜肉片湯 蒲瓜, 肉片	水果拼盤	
10月6日	五	香蒸地瓜 冰心地瓜*1	大滷麵+香酥花枝排+炒青菜 黃油麵, 豆腐, 紅蘿蔔, 筍絲, 洗選蛋, 木耳+花枝排+青菜					水果	全麥餐包+福樂鮮奶
10月9日	一	國慶連假							
10月10日	二	國慶連假							
10月11日	三	餛飩湯 餛飩*3, 小白菜	麻油炊飯+蠔油雞丁+炒青菜+冬瓜金菇湯 高麗菜, 生香菇, 三色丁, 麻油+雞丁, 小黃瓜, 素蠔油+青菜+冬瓜, 金針菇					中華愛玉	
10月12日	四	鮮豆鹹粥 香菇, 絞肉, 鮮豆, 胡蘿蔔	紫米飯	砂鍋魚丁 魚丁, 大白菜, 凍豆腐, 沙茶醬	烤麩肉末 烤麩, 絞肉, 三色丁	應青	玉米海根湯 玉米粒, 海帶根	水果拼盤	
10月13日	五	香煎蔥肉餡餅*2	炸醬麵+炸雞排+炒青菜+牛蒡大骨湯 白油麵, 碎干丁, 洋蔥, 三色丁, 生香菇, 甜麵醬+無骨雞排+青菜+牛蒡, 大骨					水果	銅鑼燒+福樂鮮奶
10月16日	一	鳳梨香菇雞湯 雞丁, 鳳梨, 香菇, 紅棗	小米飯	味噌雞肉 骨髓丁, 洋蔥, 金針菇, 青蔥, 味噌	瓠瓜炒蛋 洗選蛋, 蒲瓜, 胡蘿蔔	應青	海芽洋芋湯 乾海芽, 馬鈴薯	水果拼盤	
10月17日	二	沙茶赤肉羹 大白菜, 黑木耳, 筍絲, 肉絲, 胡蘿蔔	海苔飯	地瓜粉蒸肉 絞肉, 地瓜, 蒸肉粉	芹香干絲 白干絲, 芹菜, 黑木耳	應青	青木瓜肉絲湯 青木瓜, 肉絲	水果拼盤	
10月18日	三	芋香饅頭+福樂鮮奶	咖哩炒飯+開陽高麗菜+炒青菜+如意豆腐湯 雞丁, 胡蘿蔔, 洋蔥, 馬鈴薯, 咖哩粉+高麗菜, 蝦米, 木耳+青菜+黃豆芽, 豆腐					桂圓紫米粥 桂圓, 紫米, 紅豆	
10月19日	四	山藥鮑菇粥 山藥, 絞肉, 鮑菇, 玉米粒	燕麥飯	洋芋燒雞 雞丁, 馬鈴薯	麻婆豆腐 豆腐, 絞肉, 三色丁	應青	芋頭大骨湯 芋頭, 大骨	水果拼盤	
10月20日	五	鍋燒雞絲麵 雞絲麵, 洗選蛋, 青江菜	醬香炒疙瘩+滷豬排+炒青菜+豆薯肉片湯 麵疙瘩, 豆干片, 生香菇, 高麗菜, 紅蘿蔔+豬排, 油包, 五香粉+青菜+豆薯, 肉片					水果	小餐包+福樂鮮奶
10月23日	一	水煮玉米 1/2玉米粒*2	芝麻飯	瓜仔肉燥 絞肉, 洋蔥, 攪花瓜, 香菇	紅絲炒蛋 洗選蛋, 紅蘿蔔	應青	海結玉米湯 海帶結, 玉米粒	水果拼盤	
10月24日	二	什錦小米粥 小米, 玉米粒, 絞肉, 小白菜, 秀珍菇	胚芽飯	三杯雞 骨髓丁, 洋蔥, 百頁豆腐, 九層塔	木須蒲瓜 蒲瓜, 黑木耳, 胡蘿蔔	應青	紫菜鮑菇湯 紫菜, 鮑菇	水果拼盤	
10月25日	三	香酥抓餅*1	古早味肉燥飯+蜜汁干丁+炒青菜+黃瓜魚羹湯 絞肉, 洋蔥, 生香菇, 碎干丁+四分干, 鮑菇, 白芝麻+青菜+黃瓜, 魚羹					珍珠豆花 盒裝豆花, 珍珠	
10月26日	四	玉米湯餃 水餃*3, 玉米粒, 洗選蛋, 馬鈴薯, 洋蔥	五穀飯	鳳梨洋蔥豬 肉片, 鳳梨, 洋蔥, 彩椒	麵筋白菜 大白菜, 秀珍菇, 麵筋泡	應青	冬瓜凍腐湯 冬瓜, 凍豆腐	水果拼盤	
10月27日	五	滷蛋+麥茶	白醬義大利麵+滷雞排+炒青菜+山藥大骨湯 白油麵, 培根, 洋蔥, 三色丁, 生香菇, 奶水+雞排, 油包+青菜+山藥, 大骨					水果	可頌+福樂鮮奶
10月30日	一	果醬吐司 全麥吐司*2, 藍莓果醬	麥片飯	肉骨茶雞 雞丁, 高麗菜, 金針菇, 肉骨茶包	花菜干片 花椰菜, 黑木耳, 豆干片	應青	竹筍肉絲湯 竹筍, 肉絲	水果拼盤	
10月31日	二	鮮味米粉湯 米粉, 肉絲, 魚羹, 香菇, 芹菜, 高麗菜	地瓜飯	薑汁燒肉 肉片, 高麗菜, 洋蔥, 薑泥	芋香三色 芋頭, 小黃瓜, 玉米粒	應青	羅宋湯 馬鈴薯, 洋蔥, 番茄	水果拼盤	