

聖約翰幼兒園114年10月餐點表

日期	上午點心	午 餐	下午點心
10/1 (三)	果醬三明治、水果	洋蔥親子丼、牛蒡排骨湯	慶生會蛋糕
10/2 (四)	茶葉蛋、水果	醬瓜蒸肉、客家小炒、應時青菜、南瓜排骨湯	肉燥意麵
10/3 (五)	銀絲捲、水果	蘿蔔燉肉、玉米炒蛋、應時青菜、冬瓜湯	芋頭粥
10/6 (一)	中秋節休假		
10/7 (二)	鮮奶吐司、水果	清蒸魚片、蔥燒豆腐、應時青菜、紫菜湯	什錦薯餅
10/8 (三)	黑糖饅頭、水果	洋蔥肉末銀魚飯、玉米濃湯	三色甜湯
10/9 (四)	蔥花捲、水果	蔥燒肉、雙色玉米、應時青菜、蔞瓜雞湯	香菇雞粥
10/10 (五)	雙十節休假		
10/13 (一)	雙色饅頭、水果	香腸波蘿炒飯、苧菜小魚湯	餛飩湯
10/14 (二)	燒番、水果	糖醋雞柳、紅燒豆皮、應時青菜、蕃茄蛋花湯	煎蘿蔔糕
10/15 (三)	戶外教學		
10/16 (四)	奶皇包、水果	醬燒翅腿、蒸蛋、應時青菜、鮮菇湯	茄汁通心麵
10/17 (五)	水煮蛋、水果	茄汁肉醬、蔥炒豆干、應時青菜、味噌蛋花湯	狗仔魚粥
10/20 (一)	鮮肉包、水果	什錦肉羹麵、冬瓜湯	水餃
10/21 (二)	鮪魚吐司、水果	煎香腸、什錦炒菇、應時青菜、山藥排骨湯	珍珠丸子
10/22 (三)	芝麻麵包、水果	培根高麗菜炒飯、紫菜小魚湯	古早味麵線
10/23 (四)	蒸玉米、水果	鮮菇雞丁、韭菜炒蛋、應時蔬菜、鮮蔬肉片湯	皮蛋瘦肉粥
10/24 (五)	光復節補假一天		
10/27 (一)	小肉包、水果	海南雞肉飯、蘿蔔貢丸湯	綠豆薏仁
10/28 (二)	紅豆麵包、水果	炸雞塊、蕃茄滑蛋、應時青菜、味噌豆腐湯	香菇油飯
10/29 (三)	鮮奶饅頭、水果	什錦鮮蔬豬柳燴飯、玉米排骨湯	蔬菜麵
10/30 (四)	芋泥包、水果	紅燒肉、滷花生、應時青菜、海帶芽湯	紅豆甜湯
10/31 (五)	魯蛋、水果	玉米炒雞丁、螞蟻上樹、應時青菜、肉骨茶湯	廣東粥

*本園一律使用國產豬肉食材。

*餐點設計：參考 幼兒健康食譜（臺北市教育局出版）。

*每日午餐提供白飯、雜糧飯或地瓜飯。

*點餐內容會隨市場狀況或配合課程活動而略作彈性調整。