

宜蘭縣私立康寶爾幼兒園

☺☺☺ 114 年 10 月份餐點表 ☺☺☺



日期	星期	早上點心	午 餐	下午點心
1	三	小 魚 粥	紫米飯，雞塊，蒸蛋，青菜，排骨湯，水果	椰奶西谷米
2	四	粿 仔 湯	五穀飯，滷肉，炒豆包，青菜，蜆湯，水果	米 粉 湯
3	五	鮮 蔬 麵 線	糙米飯，滑蛋肉片，炒甜不辣，青菜，味噌湯，水果	鹹 粥
6	一	中 秋 節		
7	二	豆 皮 細 粉	小米飯，洋葱炒肉絲，煎蛋，青菜，枸杞菇湯，水果	粉 圓
8	三	香 菇 粥	紫米飯，雙色雞丁，炒麵腸，青菜，肉絲木須湯，水果	大 滷 麵
9	四	肉 絲 麵 線	糙 米 飯 ， 肉 羹 ， 青 菜 ， 水 果	八 寶 粥
10	五	國 慶 日		
13	一	玉 米 濃 湯	炒 飯 ， 青 菜 ， 紫 菜 湯 ， 水 果	綠 豆 湯
14	二	陽 春 麵	五穀飯，紅燒肉，涼拌海帶絲，青菜，莧菜小魚湯，水果	麵 疙 瘩
15	三	芋 頭 粥	紫米飯，雞絲三菇，炒冬粉，青菜，蛤蜊湯，水果	銀 耳 湯
16	四	蘿 蔔 糕 湯	糙米飯，碎肉豆干丁，芹菜炒銀芽，青菜，什錦湯，水果	米 粉 羹
17	五	油豆腐細粉	小米飯，杏包菇炒肉片，炒木耳，青菜，蘿蔔湯，水果	地 瓜 粥
20	一	紅 麵 線	炒 麵 ， 青 菜 ， 海 帶 芽 湯 ， 水 果	紅 豆 湯
21	二	芋 頭 糕 湯	五穀飯，沙茶雞肉片，蔥蛋，青菜，黃瓜湯，水果	肉 絲 麵
22	三	蘿 蔔 粥	小米飯，小黃瓜雞丁，麻婆豆腐，青菜，赤肉湯，水果	綠 豆 薏 仁 湯
23	四	什 錦 麵	紫米飯，馬鈴薯肉片，什錦菇，青菜，蕃茄湯，水果	湯 餃
24	臺	灣 光 復 節		
27	一	洋 芋 濃 湯	什 錦 燴 飯 ， 青 菜 ， 鮮 蔬 蛋 花 湯 ， 水 果	花 豆 湯
28	二	肉 絲 冬 粉	紫米飯，咖哩肉，滷海帶，青菜，酸辣湯，水果	味 噌 麵
29	三	蔬 菜 瘦 肉 粥	糙米飯，鳳梨雞丁，紅蘿蔔炒蛋，青菜，薑絲蛤蜊湯，水果	木 耳 枸 杞 湯
30	四	什 錦 麵 線	小米飯，玉米肉丁，滷麵圈，青菜，香菇排骨湯，水果	瘦 肉 麵 疙 瘩
31	五	切 仔 麵	五穀飯，青椒炒肉絲，炒豆干，青菜，小魚湯，水果	什 錦 粥

1. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀類、大豆、魚類，使用亞硫酸鹽等及其製品，不適合對其過敏者食用。
2. 本園內餐點之生鮮豬肉原產地為台灣
3. 營養諮詢: 員山榮民醫院營養室
4. 實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整

