

114學年度第一學期 臺南市麻豆區港尾國小附設幼兒園餐點表 (114年10月份)

日期	星期	早 點 (含水果類)	午 餐					午 點	全穀雜糧	豆魚肉蛋	蔬菜類	水果類
			主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品					
10/1	三	生日蛋糕(食材:麵粉、雞蛋、牛奶、奶油、蘋果、奇異果)	蘋果	鮮蔬玉米粥(食材:白米)	虱目魚九塊(食材:虱目魚丸、白蘿蔔)	鮑魚鬆(食材:鮑魚鬆)	炒大白菜(食材:大白菜、蒜末)	鮮蔬玉米粥(食材:洋蔥、冷凍玉米粒、蛋、紅蘿蔔、青蔥、木耳、高麗菜)	小北歐(食材:麵粉、牛奶、奶油)	牛奶	✓	✓
10/2	四	鍋燒意麵(食材:意麵、白菜、香菇、筍絲、雞蛋、肉絲、胡蘿蔔)	梨子	白飯(食材:白米)	煙燻蹄膀(食材:雞里肌肉絲、腐菇、油蔥酥、冷凍玉米粒、青蔥、雞蛋丁、香菇絲)	綜合滷味(食材:海帶結、豆干片、白蘿蔔、鴨蛋、紅蘿蔔)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	豬血湯(食材:豬血、韭菜、酸菜、紅蔥頭末)	小饅頭(食材:漢堡、雞蛋、黃豆)	豆漿	✓	✓
10/3	五	雞香三明治/麥茶(食材:吐司、雞肉、雞蛋、炒麥芽)	鳳梨	糙米(食材:白米、糙米)	紅燒獅子頭(食材:紅燒獅子頭、大白菜、白蘿蔔)	菜脯蛋(食材:蛋、菜脯、蔥花)	紅絲綠花椰(食材:綠花椰菜、紅蘿蔔、蒜末)	晶彩圓子湯(食材:紅茶拿鐵、抹茶、芋泥)	紅豆豆花(食材:紅豆、黃豆、二砂糖)		✓	✓
10/6	一	中秋節放假										
10/7	二	玉米蛋吐司(食材:吐司、雞蛋、玉米、黃豆)	蘋果	糙米(食材:白米、糙米)	咖哩雞(食材:去骨雞腿丁、清肉丁、咖哩粉、咖哩塊、馬鈴薯、紅辣椒)	塔香海根(食材:海根、九層塔、薑片、蒜頭、辣椒)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	竹筍大骨湯(食材:綠竹筍、大骨)	地瓜綠豆湯(食材:地瓜、綠豆、二砂糖)		✓	✓
10/8	三	米苔目(食材:米苔目、肉燥、韭菜、豆芽菜)	火龍果	鍋燒意麵(食材:意麵)	酥炸魷魚圈(食材:魷魚圈、沙拉油)	大成麵包(食材:雜糧紅豆)	炒青菜(食材:紅蘿蔔、蒜末、紅蘿蔔)	鍋燒意麵湯(食材:蛤蜊、魚皮、高麗菜、柴魚片、蟹味棒)	一口餃(食材:麵皮、絞肉、高麗菜、青蔥、牛奶)	牛奶	✓	✓
10/9	四	小肉包豆漿(食材:麵皮、絞肉、洋蔥、青蔥、黃豆)	梨子	五穀飯(食材:白米、五穀飯)	三杯雞(食材:帶骨雞腿肉丁、清肉丁、香菇絲、九層塔、中薑片、麻油)	洋蔥炒蛋(食材:洋蔥、蛋)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	羅宋湯(食材:高麗菜、番茄、洋蔥、芹菜)	關東煮(食材:蔬菜卷、黑輪、玉米、蘿蔔)		✓	✓
10/10	五	國慶日放假										
10/13	一	玉米蔬菜粥(食材:白米、玉米、肉絲、白菜、高麗菜)	西瓜	糙米(食材:白米、糙米)	打拋豬(食材:全瘦絞肉、九層塔、番茄、蒜末、檸檬汁、低脂豬油)	木耳三絲(食材:黑木耳、紅蘿蔔、金針菇、黃甜椒、蒜末)	炒莧菜(食材:莧菜、蒜末)	薑絲蛤蜊湯(食材:蛤蜊、嫩薑絲)	烤芝麻麻頭(食材:麵粉、芝麻、奶油、黃豆)	豆漿	✓	✓
10/14	二	法國吐司/豆漿(食材:吐司、雞蛋、肉鬆、黃豆)	蘋果	白飯(食材:白米)	胡麻鱈魚(食材:白鱈鱈、胡麻醬、芝麻)	四喜紅豆(食材:菜豆、洋蔥、黑木耳、四季豆、火腿丁)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	玉米濃湯(食材:冷凍玉米粒、玉米濃湯粉、雞蛋、紅蘿蔔、洋蔥)	餛飩湯(食材:麵皮、絞肉、青蔥、白菜、芹菜)	豆漿	✓	✓
10/15	三	土魷魚羹(食材:油麵、土魷魚塊、白菜、香菇、筍絲)	火龍果	肉骨茶麵(食材:白油麵)	鹽焗雞丁(食材:雞腿丁、蔥、黑胡椒醬)	魚香炒蛋(食材:黑木耳紅蘿蔔、葡萄綠青椒青蔥蒜末)	炒高麗菜(食材:高麗菜蒜末)	肉骨茶湯(食材:肉骨茶包、豬小排丁、蒜仁、枸杞)	玉米蛋刈包(食材:刈包、玉米、雞蛋、牛奶)	牛奶	✓	✓
10/16	四	酸辣湯餃(食材:水餃、筍絲、香菇、木耳、豆腐)	梨子	糙米(食材:白米、糙米)	薑汁燒肉(食材:豬火鍋肉片薑汁燒肉醬生薑洋蔥)	黑豆干枝豆(食材:黑豆干、毛豆、紅蘿蔔)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	紫菜蛋花湯(食材:紫菜、雞蛋、豬大骨)	燒賣(食材:麵皮、絞肉、洋蔥、蟹黃)		✓	✓
10/17	五	吐司加蛋/豆漿(食材:吐司、雞蛋、黃豆)	鳳梨	薑黃飯(食材:白米薑黃粉)	油燻雞(食材:雞腿、蔥、辣椒、滷包)	皮蛋地瓜菜(食材:皮蛋、地瓜、蒜、蒜末)	黑片白花椰(食材:木耳白花椰、蒜末)	冬瓜檸檬(食材:冬瓜、檸檬、檸檬汁)	馬卡龍/玉米濃湯(食材:濃湯粉、玉米、絞肉、洋蔥、麵粉、糖霜)		✓	✓
10/20	一	陽春麵(食材:麵條、肉燥、貢丸、青菜、高麗菜)	西瓜	糙米(食材:白米、糙米)	醬肉仔肉(食材:豬梅花肉塊、醬瓜、黑瓜、香菇、豬腿肉丁)	小黃瓜黑輪(食材:小黃瓜、小黃瓜、紅蘿蔔)	炒大陸妹(食材:大陸妹、蒜末)	海菜豆芽湯(食材:海帶芽、黃豆芽、柴魚片、青蔥)	總匯三明治(食材:吐司、雞蛋、豬肉、黃豆)	豆漿	✓	✓
10/21	二	鹹蛋蔬菜粥(食材:白米、鹹鴨蛋、白菜、胡蘿蔔、香菇)	蘋果	白飯(食材:白米)	蔥爆鱸魚(食材:鱸魚丁、米酒、蔥、蒜頭、薑)	起司玉米蛋(食材:冷凍玉米粒、起司絲、雞蛋、火腿丁)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	虱目魚皮湯(食材:薑絲、虱目魚皮、魚丸、薑絲、蔥)	薏仁海菜窩(食材:薏仁、海菜窩、二砂糖)	牛奶	✓	✓
10/22	三	蔬菜蛋餅/豆漿(食材:餅皮、雞蛋、白菜、黃豆)	火龍果	黃油麵(食材:黃油麵)	車仔麵料(食材:雲吞)	大成麵包(食材:曼越得乳酪麵包)	炒空心菜(食材:空心菜、蒜末)	車仔麵湯(食材:咖哩塊、香菇、白蘿蔔、紅蘿蔔、竹輪、高麗菜)	牙齒肉圓(食材:糯米粉、絞肉、香菇、洋蔥、牛奶)	牛奶	✓	✓
10/23	四	什錦粥(食材:白米、高麗菜、豬肉、香菇、玉米、雞蛋)	梨子	紫米飯(食材:白米、紫米)	親子丼(食材:雞柳骨腿丁、洋蔥、雞蛋、和風醬油)	麻婆豆腐(食材:板豆腐、絞肉、豆腐醬、(不辣)豆瓣醬(辣))	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	香菇荀片湯(食材:晚荀片、香菇)	湯包(食材:麵皮、絞肉、洋蔥、青蔥、黃豆)	豆漿	✓	✓
10/24	五	光復節補休										
10/27	一	翡翠蚵仔魚粥(食材:白米、蚵仔魚、玉米、青菜、胡蘿蔔)	西瓜	糙米(食材:白米、糙米)	壽喜燒(食材:豬火鍋肉片、洋蔥)	綜合滷味(食材:海帶結、豆干丁、白蘿蔔、鴨蛋、紅蘿蔔)	炒鍋白菜(食材:鍋白菜、蒜末)	四神湯(食材:大骨、四神、薏仁)	壽司(食材:白米、海苔、肉鬆、黃瓜、鱈絲)		✓	✓
10/28	二	肉燥板條(食材:板條、肉燥、白菜、豆芽菜)	蘋果	黎麥飯(食材:白米、黎麥)	雞米花(食材:大成雞米花、沙拉油)	香菇炒水蓮(食材:香菇、水蓮、紅蘿蔔)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	翡翠蛋花湯(食材:冷凍翡翠、雞蛋、大骨)	雞蛋布丁豆花(食材:雞蛋、牛奶、黃豆、黑糖)		✓	✓
10/29	三	咖哩滑蛋麵(食材:麵條、咖哩、雞蛋、胡蘿蔔、雞肉、玉米)	火龍果	麻醬麵(食材:白油麵)	麻醬麵料(食材:芝麻醬、豆干丁、冷凍毛豆仁、小黃瓜、紅蘿蔔)	統一麵包(食材:加州葡萄)	炒芥藍菜(食材:芥藍菜、蒜末)	青菜豆腐湯(食材:小白菜、板豆腐、柴魚片)	小北歐麵包(食材:麵粉、牛奶、奶油)	牛奶	✓	✓
10/30	四	蔬菜雞絲麵(食材:雞絲麵、白菜、香菇、筍絲、雞蛋、肉絲、胡蘿蔔)	梨子	白飯(食材:白米)	蜜汁雞(食材:雞腿丁、蜂蜜、蔥、蒜末)	芹菜炒豆干(食材:豆干片、紅蘿蔔、芹菜)	有機蔬菜(食材:有機蔬菜、蒜末)	酸陳湯(食材:黑木耳絲、紅蘿蔔、雞蛋、酸陳湯包、葡萄絲、豬血)	紅豆車輪(食材:麵粉、紅豆、牛奶、黃豆)	豆漿	✓	✓
10/31	五	小菠蘿/乳酪條麵包(食材:麵粉、牛奶、奶油、乳酪條、奶酥、果汁)	果汁	糙米(食材:白米、糙米)	家鄉排骨(食材:排骨滷包、蔥、辣椒)	茄香炒蛋(食材:茄子、蔥、蛋、番茄醬)	韭菜豆芽(食材:韭菜、蒜末)	味噌湯(食材:嫩豆腐、海帶芽、白蘿蔔、味噌)			✓	✓

注意 ★本學期上午、下午點心供應廠商：哈克漢堡。

事項 若寶貝對某些食物有過敏或不適：或過幼兒當天有腸胃不適，請家長提早告知老師，以免造成幼兒身體不適。

★餐點內容以時令季節所取得盛產食材為主，若因氣候或特殊因素影響必要時適時變動，以當日出餐食物為準。

★本園一律使用國產豬肉、國產牛肉食材。

★當日食材若有更改，會發訊息通知並可至校園食材登錄平臺網站觀看詳細資訊 <https://ftraoeschool.k12ea.gov.tw/frontend/search.html?school=64736451&period=2025-04-30>