



# 環球科技大學附設雲林縣私立實習幼兒園

菜單

日期:109年10月26日~109年11月06日

星期		10/26 星期一	10/27 星期二	10/28 星期三	10/29 星期四	10/30 星期五
餐 點						
上午點心		2種以上應時水果				
午 餐	主食	五穀飯	五穀飯	五穀飯	五穀飯	炒麵
	副食	滷豆輪 番茄炒蛋 香芹豆干 青菜	茄汁雞丁 生菜沙拉 炒三絲 青菜	沙茶豬肉 乾扁四季豆 涼拌豆腐 青菜	宮保雞丁 炒三菇 叻仔魚 青菜	紅蘿蔔 肉絲 香菇 麵
	湯	五行湯	榨菜肉絲湯	蛤蠣雞湯	玉米排骨湯	紫菜蛋花湯
下午點心		蘿蔔糕湯	香菇羹麵	叻仔魚粥	菠蘿麵包 麥茶	排骨粥

星期		11/02 星期一	11/03 星期二	11/04 星期三	11/05 星期四	11/06 星期五
餐 點						
上午點心		2種以上應時水果				
午 餐	主食	五穀飯	五穀飯	五穀飯	五穀飯	咖哩飯
	副食	魯豆支 炒素捲 三色蛋 青菜	糖醋里肌 三色沙拉 青菜	香煎雞腿 炒銀芽 青菜	蒜泥白肉 三色玉米 西芹肉絲 青菜	紅蘿蔔 雞肉 馬鈴薯 洋蔥
	湯	海帶芽蛋花 湯	大黃瓜湯	冬瓜排骨	魚丸湯	味增湯
下午點心		紅豆湯	鍋燒意麵	皮蛋瘦肉粥	鮮味雲吞	廣東粥

餐點內容會視情況彈性調整

營養師:王秋華



# 環球科技大學附設雲林縣私立實習幼兒園

菜單 日期:109年11月09日~109年11月20日

星期		11/09 星期一	11/10 星期二	11/11 星期三	11/12 星期四	11/13 星期五
餐點		2種以上應時水果				
午 餐	主食	五穀飯	五穀飯	五穀飯	五穀飯	油飯
	副食	滷海帶 五彩滑蛋 小黃瓜炒磨菇 青菜	滷豬肉 炒什錦 青菜	香菇滑雞 燻菜瓜 青菜	麻婆豆腐 紅蘿蔔炒蛋 芹菜炒豆包 青菜	肉絲 香菇
	湯	當歸養生湯	金針湯	蛤蠣湯	玉米濃湯	雞茸玉米湯
下午點心		南瓜粥	牛角麵包 牛奶	關東煮	鮪魚粥	切仔麵

星期		11/16 星期一	11/17 星期二	11/18 星期三	11/19 星期四	11/20 星期五
餐點		2種以上應時水果				
午 餐	主食	五穀飯	五穀飯	五穀飯	五穀飯	炒飯
	副食	素肉燥 五彩滑蛋 素炒三菇 青菜	塔香里雞 豆皮燴草菇 炒菜脯 青菜	蜜汁燒雞 麻油川七 馬鈴薯炒肉 青菜	冬瓜控肉 油燻筍白筍 青菜	玉米粒 肉絲 高麗菜絲
	湯	山藥湯	紅白蘿蔔湯	紫菜蛋花湯	紅棗雞湯	豆腐雜菜湯
下午點心		全麥吐司 麥茶	筍香肉粥	油豆腐細粉	廣東粥	排骨粥

餐點內容會視情況彈性調整

營養師:王秋華



# 環球科技大學附設雲林縣私立實習幼兒園

菜單 日期:109年11月23日~110年12月04日

星期		11/23 星期一	11/24 星期二	11/25 星期三	11/26 星期四	11/27 星期五
餐 點						
上午點心		2種以上應時水果				
午 餐	主食	五穀飯	五穀飯	五穀飯	五穀飯	滷肉飯
	副食	滷豆筋 素燒麵腸 素炒肉片 青菜	豆腐燒雞 蠔油芥藍 炒三丁 青菜	醬爆豬柳 炒玉米筍 素鮑花椰菜	蔥油雞 豆乳炒劍筍 番茄萵苣沙 拉 青菜	涼拌小黃瓜 紅蘿蔔炒蛋
	湯	蘑菇湯	酸辣湯	冬瓜雞湯	莧菜湯	貢丸湯
下午點心		地瓜粥 肉鬆	絲瓜麵	玉米片 牛奶	雞絲麵	排骨粥

星期		11/30 星期一	12/01 星期二	12/02 星期三	12/03 星期四	12/04 星期五
餐 點						
上午點心		2種以上應時水果				
午 餐	主食	五穀飯	五穀飯	五穀飯	五穀飯	豬肉燴飯
	副食	油豆腐 螞蟻上樹 炒三色 青菜	鐵板豬柳 白菜滷 涼拌小黃瓜 青菜	紅燒雞肉 三菜豆皮 青菜	古早味肉燥 炒鮮菇 紅蘿蔔炒蛋 青菜	紅蘿蔔絲 豬肉絲 高麗菜絲
	湯	羅宋湯	斐菜吻仔魚 湯	白蘿蔔排骨 湯	酸菜肉絲湯	番茄蔬菜湯
下午點心		白麵線	板條湯	山藥粥	蔬菜粥	慶生蛋糕 果汁

餐點內容會視情況彈性調整

營養師:王秋華

