|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **早餐** | **午 餐** | **點心** |
| **主食** | **主菜** | **副菜一** | **副菜二** | **湯** |
| 10/3 | 鮮奶饅頭+豆漿 | 白飯 | 紅白蘿蔔燉肉 | 蕃茄炒蛋 | 高麗菜 | 蕃茄柴魚大骨湯 | 玉米蛋花麵/火龍果 |
| 10/4 | 南瓜雞肉粥 | 糙米飯 | 紅燒魚 | 木耳大黃瓜 | 青江菜 | 青菜菇菇豆腐湯 | 紅豆地瓜湯/水梨 |
| 10/5 | 葡萄乾吐司+鮮奶 | 白飯 | 蕃茄打拋豬 | 乾煎豆腐 | 空心菜 | 金針花排骨湯 | 絲瓜小魚麵/鳳梨 |  |  | 番茄雞肉麵/香瓜 |
| 10/6 | 玉米蛋花粥 | 水餃 | 蒜頭山藥雞湯 | 蕃茄肉末麵/芭樂 |
| 10/7 | 銀絲卷+豆奶 | 白飯 | 青椒炒雞丁 | 玉米炒蛋 | A菜 | 竹筍大骨湯 | 蘿蔔糕湯/香蕉 |
| 10/11 | 紅蘿蔔肉末粥 | 紫米飯 | 黃瓜炒肉 | 滷豆腐 | 花椰菜 | 鳳梨苦瓜雞湯 | 蒸玉米/木瓜 | 菇菇油菜麵 | 菇菇油菜麵 | 菇菇油菜麵 | 菇菇油菜麵 |
| 10/12 | 肉包+燕麥奶 | 白飯 | 清蒸鮮魚 | 胡蘿蔔炒蛋 | 小白菜 | 牛蒡排骨湯 | 高麗菜肉末麵/蘋果 |
| 10/13 | 蕃茄肉末粥 | 時蔬肉絲蛋炒飯 | 玉米濃湯 | 紫菜蛋花麵/蕃茄 |  |  | 香菇肉末麵/蘋果 |
| 10/14 | 南瓜饅頭+優酪乳 | 白飯 | 紅燒肉 | 蒜炒豆干 | 大陸妹 | 蘿蔔大骨湯 | 蒸地瓜/香蕉 |
| 10/18 | 高麗菜豬肉粥 | 燕麥飯 | 雙菇燒雞 | 金莎豆腐 | 高麗菜 | 蕃茄洋蔥蛋花湯 | 水煮蛋/葡萄 |
| 10/19 | 豆沙包+鮮奶 | 白飯 | 茄汁魚柳 | 紅燒冬瓜 | A菜 | 蓮藕排骨湯 | 香菇肉末麵/芭樂 | 古早味鹹炒三粥 | 古早味鹹粥 | 古早味鹹粥 | 古早味鹹粥 |
| 10/20 | 青蔥吻仔魚粥 | 古早味炒麵 | 薑絲香菇魚片湯 | 豆腐柴魚麵/香瓜 |
| 10/21 | 起司饅頭+豆漿 | 白飯 | 蔥爆豬柳 | 蒜炒馬鈴薯 | 絲瓜 | 紅白蘿蔔大骨湯 | 大紅豆豆花/香蕉 |
| 10/24 | 小餐包+豆奶 | 白飯 | 筊白筍炒肉 | 蔥爆香菇 | 青江菜 | 玉米排骨湯 | 海帶芽麵/芭樂 |  | 菠菜粥 | 蔬菜豬肉麵/火龍果 |
| 10/25 | 山藥雞肉粥 | 地瓜飯 | 京醬雞丁 | 絲瓜抱蛋 | 豆芽菜 | 菜頭大骨湯 | 綠豆薏仁湯/木瓜 |  |  |  |
| 10/26 | 蔥花捲+優酪乳 | 白飯 | 冬瓜肉燥 | 蜜汁豆干 | 花椰菜 | 馬鈴薯排骨湯 | 洋蔥豬肉麵/火龍果 |  |  |  |
| 10/27 | 紫菜蛋花粥 | 時蔬雙菇雞肉燴飯 | 薑絲蛤蠣湯 | A菜雞肉麵/蘋果 |  |  |  |
| 10/28 | 全麥饅頭+鮮奶 | 白飯 | 馬鈴薯燉肉 | 甜豆玉米筍 | 大陸妹 | 香菇雞湯 | 蒸南瓜/香蕉 |  |  |  |
| 10/31 | 鮮奶吐司+燕麥奶 | 白飯 | 豆干炒肉絲 | 白醬花椰菜 | 四季豆 | 櫛瓜鮮魚湯 | 瓜瓜豬肉麵/蕃茄 |

**註：為維持食材採買的新鮮品質，餐點食譜內容偶有因時令或市場供應微調，敬請見諒。**

**註：每日下午點心後會提供季節性的水果。**

註：本園餐點採用國產豬肉