

2026年功文成長雪泥幼兒園10月營養餐點

日期	星期	營養早餐		美味午餐					下午點心	
1	四	高麗菜小米粥		蕃茄鮮菇義大利麵				法式鄉村湯	蘋果	芹菜香芋粥
2	五	黑糖饅頭	濃豆漿	雪蓮/活力飯	三杯雞	家常豆腐	小白菜	大黃瓜排骨湯	香蕉	綠豆薏仁湯
5	一	紅豆吐司	薏仁漿	超人氣甜味咖哩飯				玉米大骨湯	芭樂	鮮肉餛飩湯麵
6	二	青蔬鹹粥		薑黃/彩虹飯	紅燒獅子頭	紅蘿蔔炒蛋	地瓜葉	牛蒡大骨湯	蘋果	營養毛豆莢
7	三	五行雞絲麵		五穀/養生飯	洋蔥肉絲	客家小炒	高麗菜	青菜豆腐湯	木瓜	慶生會
8	四	地瓜小米粥		開陽白菜肉絲炒烏龍麵				紫菜蛋花湯	香蕉	吻仔魚粥
9	五	國慶日補假								
12	一	芋頭吐司	南瓜漿	錦繡肉絲蛋炒飯				冬瓜排骨湯	香蕉	陽春麵
13	二	滑蛋四喜粥		薑黃/彩虹飯	蔭瓜仔肉	芙蓉蒸蛋	地瓜葉	白玉大骨湯	火龍果	豆皮麵線
14	三	鮮蔬嫩絲湯麵		紅藜/養生飯	打拋豬肉	紅燒馬鈴薯	花椰菜	三絲排骨湯	芭樂	巧果餅 冬瓜茶
15	四	黃金小米粥		大龍峒肉羹湯麵					蘋果	港式廣東粥
16	五	白玉饅頭	濃豆漿	地瓜/活力飯	香滷雞絲	醬燒豆干	萵苣	瓠瓜大骨湯	火龍果	紫米甜粥
19	一	芋頭吐司	芝麻漿						芭樂	百菇湯麵
20	二	台式鹹粥		椰菜/彩虹飯	高升排骨	番茄烘蛋	小白菜	海芽味噌湯	香蕉	冬菜細粉湯
21	三	絲瓜麵線		燕麥/養生飯	筍絲控肉	薑絲拌木耳	地瓜葉	香菇枸杞湯	香瓜	飛機餅 桂圓茶
22	四	茄紅小米粥		眷村炸醬麵/川燙小黃瓜				酸辣湯	蘋果	竹筍肉粥
23	五	蕾琵颱風停班停課								
26	一	光復節補假								
27	二	薑絲南瓜粥		紅蘿/彩虹飯	洋蔥炒肉絲	菜脯烘蛋	小白菜	番茄蛋花湯	火龍果	米苔目湯
28	三	三絲細麵		薏仁/養生飯	蘿蔔燉肉	三色干絲	青江菜	羅宋湯	香蕉	芝麻餅 麥茶
29	四	養生小米粥		南瓜炒米粉				肉羹湯	香瓜	皮蛋瘦肉粥
30	五	五穀饅頭	濃豆漿	綠豆/活力飯	茄子雞丁	紅燒豆腐	小白菜	金針排骨湯	蘋果	八寶粥

備註：

◎餐點內容配合時令季節設計，如遇特殊狀況將會適時彈性微調。

◎本園一律使用國產豬食材並提供優良廠商供應證明；本園黃豆製品均採用非基因改造食材。

◎慶生會為當月壽星準備【小雞腿】一份，其他幼生【有機養生蛋】一顆。

◎本園提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為熬煮調製原則，豆漿類則為自製飲品。

◎飯類：彩虹飯(有機薑黃粉、紅蘿蔔汁、紫高麗菜汁、菠菜汁/青蔬汁等)、活力飯(黃豆、小米、綠豆、紅豆、地瓜、南瓜…等)、養生飯（糙米、黑芝麻、燕麥、紅藜、紫米、薏仁、鷹嘴豆、三色蕎麥等)。

◎時令青蔬：高麗菜、萵苣、地瓜葉、花椰菜、芥蘭、南瓜、白菜…等。

◎時令水果：香蕉、蘋果、火龍果、木瓜、橘子、芭樂…等。