



# 臺中市私立寶貝媽咪梧棲托嬰中心

## 111年10月份餐點表



日期	早餐	午餐			水果	湯	點心	中餐副食品	點心副食品
10/3(一)	牛奶饅頭	豆干炒肉絲	玉米炒蛋	炒空心菜	西瓜	什錦菇湯	玉米高麗菜雞肉粥	油菜豬肉蛋粥(地瓜)	
10/4(二)	葡萄吐司	肉醬野菇飯			芭樂	紫菜蛋花湯	味噌烏龍湯麵	小白菜豬肉蛋粥(地瓜)	高麗菜豬肉蛋粥(地瓜)
10/5(三)	鮮肉包	肉絲炒杏鮑菇	蔥花肉末燴豆腐	炒絲瓜	蘋果	蘿蔔排骨湯	貢丸冬粉湯	絲瓜豬肉蛋粥(地瓜)	小白菜豬肉蛋粥(地瓜)
10/6(四)	高麗菜紅蘿蔔肉粥	奶油蔬菜雞肉飯			蕃茄	味噌豆腐湯	什錦肉絲湯麵	青江菜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)	絲瓜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)
10/7(五)	草莓吐司	日式雞肉炒烏龍麵			香蕉	筍片貢丸湯	什錦肉絲燴飯	蚵白菜雞肉蛋粥(紅蘿蔔)	青江菜雞肉蛋粥(紅蘿蔔)
10/10	雙十國慶								
10/11(二)	黑糖饅頭	水蓮炒肉絲	紅蘿蔔炒蛋	炒豆芽菜	西瓜	黃瓜排骨湯	高麗菜叻魚粥	豆芽菜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)	蚵白菜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)
10/12(三)	芋泥包	紅燒魚片	小黃瓜炒玉米筍	青江菜炒甜不辣	蘋果	瓜仔雞湯	木耳肉絲麵線	高麗菜豬肉蛋粥(南瓜)	豆芽菜豬肉蛋粥(南瓜)
10/13(四)	香菇雞肉粥	南瓜豬肉玉米飯			木瓜	蕃茄豆腐湯	南瓜肉絲湯麵	青花菜豬肉蛋粥(南瓜)	高麗菜豬肉蛋粥(南瓜)
10/14(五)	藍莓吐司	古早味滷肉飯(加蛋)			香蕉	薑絲魚片湯	日式烏龍湯麵	地瓜葉雞肉蛋粥(南瓜)	青花菜雞肉蛋粥(南瓜)
10/17(一)	雞蛋饅頭	豬肉壽喜燒			蕃茄	貢丸排骨湯	地瓜肉絲粥	空心菜豬肉蛋粥(地瓜)	地瓜葉豬肉蛋粥(地瓜)
10/18(二)	蔓越莓吐司	醬燒肉末炒冬粉	馬鈴薯炒玉米	炒高麗菜	芭樂	蒜頭雞湯	蛋花湯餃	絲瓜豬肉蛋粥(地瓜)	空心菜豬肉蛋粥(地瓜)
10/19(三)	芝麻包	番茄雞肉菇菇飯			蘋果	南瓜排骨湯	豬肉絲瓜冬粉湯	青江菜豬肉蛋粥(地瓜)	絲瓜豬肉蛋粥(地瓜)
10/20(四)	玉米雞肉粥	雞肉井	茄汁甜不辣	炒大陸妹	木瓜	大黃瓜玉米湯	野菇肉醬麵	高麗菜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)	青江菜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)
10/21(五)	草莓吐司	肉絲什錦炒麵			香蕉	玉米濃湯	滷肉飯	蚵白菜雞肉蛋粥(紅蘿蔔)	高麗菜雞肉蛋粥(紅蘿蔔)
10/24(一)	奶皇包	奶油雞肉尖管麵			西瓜	木瓜排骨湯	竹筍肉絲粥	黃豆芽豬肉蛋粥(紅蘿蔔)	蚵白菜豬肉蛋粥(紅蘿蔔)
10/25(二)	藍莓吐司	蔥炒洋蔥肉絲	滷豆腐	炒黃豆芽菜	芭樂	蛋花湯	香菇肉絲米粉湯	大陸妹豬肉蛋粥(南瓜)	黃豆芽豬肉蛋粥(南瓜)
10/26(三)	豆沙包	奶油蕃茄豬肉飯			蘋果	冬瓜排骨湯	日式烏龍湯麵	油菜豬肉蛋粥(南瓜)	大陸妹豬肉蛋粥(南瓜)
10/27(四)	玉米肉末粥	瓜仔肉	黃瓜貢丸片	炒油菜	蕃茄	金針排骨湯	什錦肉絲湯麵	高麗菜豬肉蛋粥(南瓜)	油菜豬肉蛋粥(南瓜)
10/28(五)	草莓吐司	咖哩雞肉飯			香蕉	香菇雞湯	肉醬玉米麵	絲瓜雞肉蛋粥(地瓜)	高麗菜雞肉蛋粥(地瓜)
10/31(一)	草莓饅頭	日式豬肉蔬菜炒烏龍麵			木瓜	金針排骨湯	皮蛋瘦肉粥	青花菜豬肉蛋粥(地瓜)	絲瓜豬肉蛋粥(地瓜)

愛的叮嚀：1. 本中心選用台東關山米

2. 如幼兒有飲食情況異常，或當日菜單變動的部分老師將另外記錄在聯絡本內讓家長知道。

3. 如您的寶貝如有特殊食材不能食用，請提前告知老師。

~寶貝媽咪感謝您的配合~

