

基隆市長興國民小學附設幼兒園 113 學年度第一學期 10 月份餐點表

日期	星期	早上點心	下午點心
10/1	二	茄汁鐵板麵	蒸地瓜/時令水果
10/2	三	什錦菇菇湯	蔥蛋吐司/時令水果
10/3	四	清香蔬菜麵	綜合滷味/時令水果
10/4	五	生日蛋糕/麥茶	豆沙包/時令水果
10/7	一	芋頭饅頭/牛奶	散壽司/時令水果
10/8	二	雙菇炒雞絲麵	水煮蛋/時令水果
10/9	三	玉米濃湯	葡萄乾吐司/時令水果
10/10	四	國慶日，放假一天	
10/11	五	古早味鹹粥	芝麻包/時令水果
10/14	一	饅頭夾玉米蛋/蜂蜜柚子茶	雙菇拌飯/時令水果
10/15	二	螞蟻上樹	香煎蔥油餅/時令水果
10/16	三	白菜餛飩湯	果醬吐司/時令水果
10/17	四	日式烏龍麵	綠豆燕麥粥/時令水果
10/18	五	滑蛋瘦肉粥	麵線/時令水果
10/21	一	雜糧饅頭/枸杞茶	香菇雞肉拌飯/時令水果
10/22	二	擔仔麵	日式關東煮/時令水果
10/23	三	鮮蔬滑蛋冬粉湯	燒肉吐司/時令水果
10/24	四	肉羹麵線	紅豆紫米粥/時令水果
10/25	五	雞茸蔬菜粥	叉燒包/時令水果
10/28	一	蔥蛋夾饅頭/紅棗茶	鮭魚拌飯/時令水果
10/29	二	香菇肉粥	煎餃/時令水果
10/30	三	羅宋湯	玉米蛋吐司/時令水果
10/31	四	蛋香絲瓜麵線	芋頭西米露/時令水果

- 本園一律使用國產豬、雞食材，請安心食用。
- 本月餐點中含有花生、牛奶、蛋、豆類及魚類，對食材過敏者請留意。
- 點心與午餐的餐點表，皆有公布在長興國小網站上及校園食材登陸平台，家長可自行上網參考。

餐點管理：教保員劉效玲 教保組長 教師兼教保組長張玉宜 園主任 教師兼任主任王崔榕 校長 基隆市七堵區長興國民學校校長吳哲銘

已詳閱 113 年 10 月〈基隆市長興國民小學附設幼兒園〉餐點內容，如您對於我們的餐點有任何意見，請將您的意見填寫於下列空白處，以做為我們日後餐點設計之參考。謝謝您的合作！

班級-_____ 幼兒姓名-_____ 家長簽章-_____

基隆市長興國民小學附設幼兒園 113 學年第一學期餐點設計表第五週

日期	星期	上午點心	下午點心	食材名稱及份量	
113 1001	二	茄汁鐵板麵	蒸地瓜/時令水果	油麵 3 公斤 絞肉 0.5 公斤 番茄 4 顆 紅蘿蔔 1 條 洋蔥 1 顆 玉米粒 3 罐 番茄醬 適量	地瓜 5 公斤 水果 15 份(蘋果)
113 1002	三	什錦菇菇湯	蔥蛋吐司/時令水果	雪白菇 2 包 鴻喜菇 2 包 金針菇 2 包 杏鮑菇 2 包 肉片 1 公斤 薑絲 0.02 公斤 冬粉 0.6 公斤	白吐司 9 條-昶錡 雞蛋 2 公斤 蔥 0.02 公斤 水果 15 份(香蕉)
113 1003	四	清香蔬菜麵	綜合滷味/時令水果	白麵條 3 把 小白菜 0.9 公斤 肉絲 0.5 公斤 紅蘿蔔 1 條 洋蔥 1 顆	百頁豆腐 1.2 公斤 海帶 0.6 公斤 白蘿蔔 2 條 玉米筍 0.6 公斤 小貢丸 1.2 公斤 乾香菇 適量 滷味包 2 小包 水果 15 份(木瓜)
113 1004	五	生日蛋糕/ 麥茶	豆沙包/時令水果	蛋糕 5 個(8 吋*2、10 吋*2、12 吋*1)-昶錡 麥茶 0.3 公斤	豆沙包 80 顆 水果 15 份(芭樂)

基隆市長興國民小學附設幼兒園 113 學年第一學期餐點設計表第六週

日期	星期	上午點心	下午點心	食材名稱及份量	
113 1007	一	芋頭饅頭/牛奶	散壽司/時令水果	芋頭饅頭 80 顆 奶粉 1 公斤	白米 1.2 公斤 菠菜 1 公斤 雞蛋 1.2 公斤 香鬆 1 罐 海苔 90 入 水果 15 份(火龍果)
113 1008	二	雙菇炒雞絲麵	水煮蛋/時令水果	肉絲 0.5 公斤 雞絲麵 5 袋(1 袋 5 入) 雪白菇 2 包 鴻喜菇 2 包 紅蘿蔔 1 條 洋蔥 1 顆	雞蛋 80 顆 水果 15 份(蘋果)
113 1009	三	玉米濃湯	葡萄乾吐司/時令水果	玉米醬 3 罐 玉米粒 3 罐 洋蔥 1 顆 紅蘿蔔 1 條 馬鈴薯 2 顆	葡萄乾吐司 9 條(昶錡) 水果 15 份(香蕉)
113 1010	四	國慶日，放假一天			
113 1011	五	古早味鹹粥	芝麻包/時令水果	白米 0.9 公斤 洋蔥 1 顆 蔥 0.02 公斤 乾香菇 適量 高麗菜 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 絞肉 0.5 公斤	芝麻包 80 個 水果 15 份(芭樂)

基隆市長興國民小學附設幼兒園 113 學年第一學期餐點設計表第七週

日期	星期	上午點心	下午點心	食材名稱及份量	
113 1014	一	饅頭夾玉米 蛋/蜂蜜柚子 茶	雙菇拌飯/時 令水果	白饅頭 80 顆 雞蛋 2 公斤 玉米粒 2 罐 蜂蜜柚子茶 0.6 公斤	白米 1.2 公斤 雪白菇 2 包 鴻喜菇 2 包 雞蛋 1.2 公斤 肉絲 0.5 公斤 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 水果 15 份
113 1015	二	螞蟻上樹	香煎蔥油餅/ 時令水果	冬粉 0.9 公斤 絞肉 0.5 公斤 小白菜 0.9 公斤 紅蘿蔔 1 條 豆芽菜 0.6 公斤	蔥油餅 4 袋(一袋 10 入) 水果 15 份
113 1016	三	白菜餛飩湯	果醬吐司/時 令水果	雲吞 80 顆 小白菜 0.6 公斤 雞蛋 1.2 公斤 蔥 0.02 公斤	全麥吐司 9 包(昶錡) 果醬 5 罐(自購) 水果 15 份
113 1017	四	日式烏龍麵	綠豆燕麥粥/ 時令水果	烏龍麵 3 公斤 高麗菜 1 公斤 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 1 公斤 蔥 0.02 公斤 肉絲 0.5 公斤 香菇 0.02 公斤 醬油 適量	燕麥 0.6 公斤 綠豆 0.6 公斤 二號砂糖 適量 水果 15 份
113 1018	五	滑蛋瘦肉粥	銀絲捲/時令 水果	白米 0.9 公斤 雞蛋 1 公斤 高麗菜 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 肉絲 0.5 公斤	銀絲捲 80 顆 水果 15 份

基隆市長興國民小學附設幼兒園 113 學年第一學期餐點設計表第八週

日期	星期	上午點心	下午點心	食材名稱及份量	
113 1021	一	雜糧饅頭/枸杞茶	香菇雞肉拌飯/時令水果	雜糧饅頭 80 個 枸杞茶 0.3 公斤	白米 1.2 公斤 雞肉 1.2 公斤 香菇 0.2 公斤 紅蘿蔔 1 條 蔥 0.02 公斤
113 1022	二	擔仔麵	日式關東煮/時令水果	油麵 2 公斤 絞肉 0.5 公斤 小白菜 0.5 公斤 芹菜 0.03 公斤 豆芽菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條	白蘿蔔 1 條 紅蘿蔔 1 條 百頁豆腐 0.6 公斤 小貢丸 0.6 公斤 海帶 0.6 公斤 甜不辣 0.6 公斤 柴魚片 2 小包 水果 15 份
113 1023	三	鮮蔬滑蛋冬粉湯	燒肉吐司/時令水果	冬粉 0.6 公斤 高麗菜 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 木耳 0.6 公斤 雞蛋 10 顆 洋蔥 1 顆	白吐司 9 包(昶錡) 肉片 2 公斤 蔥 0.02 公斤 小黃瓜 0.6 公斤 水果 15 份
113 1024	四	肉羹麵線	紅豆紫米粥/時令水果	紅麵線 2 公斤 肉羹 1.2 公斤 紅蘿蔔 1 條 柴魚片 1 包 高麗菜 0.6 公斤 乾香菇 適量	紅豆 0.6 公斤 紫米 0.6 公斤 二號砂糖 適量 水果 15 份
113 1025	五	雞茸蔬菜粥	叉燒包/時令水果	白米 0.9 公斤 玉米粒 2 罐 雞絞肉 1.2 公斤 高麗菜 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 芹菜 0.05 公斤	叉燒包 80 顆 水果 15 份

基隆市長興國民小學附設幼兒園 113 學年第一學期餐點設計表第九週

日期	星期	上午點心	下午點心	食材名稱及份量	
113 1028	一	蔥蛋夾饅頭/ 紅棗茶	鮭魚拌飯/ 時令水果	白饅頭 80 個 雞蛋 2 公斤 蔥 0.05 公斤 紅棗茶 0.3 公斤	白米 1.2 公斤 鮭魚 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 洋蔥 1 顆 水果 15 份
113 1029	二	香菇肉粥	煎餃/ 時令水果	白米 0.9 公斤 香菇 0.02 公斤 絞肉 0.5 公斤 高麗菜 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條	煎餃 20 顆 水果 15 份
113 1030	三	羅宋湯	玉米蛋吐司/ 時令水果	番茄 5 顆 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.6 公斤 鴻喜菇 0.6 公斤 洋蔥 0.3 公斤 馬鈴薯 0.6 公斤 番茄醬 1 罐	白吐司 9 包 雞蛋 1.2 公斤 玉米粒 2 罐 水果 15 份
113 1031	四	蛋香絲瓜麵 線	芋頭西米露/ 時令水果	白麵線 1.2 公斤 絲瓜 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 1.2 公斤	西米露 0.6 公斤 芋頭 1.2 公斤 二號砂糖 適量 水果 15 份

餐點管理：教保員劉效玲 教保組長 教師兼教保組長張玉宜 園主任：教師兼園主任王崔榕 校長：基隆市七堵區長興國民學校校長吳哲錫