**正和書院附設臺中市私立光明幼兒園**

**105年10月份菜單**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 早上  點心 | 午餐 | | 下午點心 |
| 3 | 一 | 美味水果 | 烏龍炒麵 | 味噌湯 | 養生茶饅頭 |
| 4 | 二 | 紅燒豆干、三菇鮮炒、有機蔬菜 | 山藥鮮菇湯 | 綠豆湯 |
| 5 | 三 | 滷豆干、馬鈴薯三杯、有機蔬菜 | 大黃瓜湯 | 雞絲麵 |
| 6 | 四 | 素東坡、珍菇燴小黃瓜、有機蔬菜 | 蘿蔔海帶湯 | 紅豆湯 |
| 7 | 五 | 蕃茄豆腐、香菇燴洋芋、有機蔬菜 | 鮮筍湯 | 玉米濃湯 |
| 11 | 二 | 素肉咖哩、玉米三色豆、有機蔬菜 | 絲瓜湯 | 湯麵 |
| 12 | 三 | 香菇素燥、豆干炒三絲、有機蔬菜 | 猴頭冬瓜湯 | 鹹粥 |
| 13 | 四 | 梅干素肉燥、金針燴絲瓜、有機蔬菜 | 玉米蔬菜湯 | 白木耳湯 |
| 14 | 五 | 糖醋豆包、百菇銀芽、有機蔬菜 | 蕃茄山藥湯 | 南瓜濃湯 |
| 17 | 一 | 什錦炒麵 | 蘿蔔丸子湯 | 養生茶饅頭 |
| 18 | 二 | 古早味茶埔丁、高麗菜燒粉絲、有機蔬菜 | 鮮筍湯 | 湯麵 |
| 19 | 三 | 瓜仔素肉燥、小黃瓜三色丁、有機蔬菜 | 藥膳冬瓜湯 | 麵線糊 |
| 20 | 四 | 海帶滷豆干、香菇燴洋芋、有機蔬菜 | 五色蔬果湯 | 鹹粥 |
| 21 | 五 | 紅燒豆腐、筊白筍雙色、有機蔬菜 | 豆腐味噌湯 | 綠豆湯 |
| 24 | 一 | 素肉焿麵 |  | 養生茶饅頭 |
| 25 | 二 | 香菇燒蘿蔔、糖醋麵腸、有機蔬菜 | 絲瓜湯 | 紅豆西米露 |
| 26 | 三 | 素東坡、珍菇燴大黃瓜、有機蔬菜 | 牛蒡胡蘿蔔湯 | 雞絲麵 |
| 27 | 四 | 酸菜麵腸、枸杞南瓜、有機蔬菜 | 蕃茄什錦湯 | 什錦米粉湯 |
| 28 | 五 | 麻婆豆腐、三絲馬鈴薯、有機蔬菜 | 黃瓜豆腐湯 | 玉米濃湯 |
| 31 | 一 | 紅燒麵 |  | 養生茶饅頭 |