

114年 8月 營養餐點表 (每日均附水果)

日期	星期	上午點心	美味午餐 (本園一律使用國產豬肉，請安心食用)	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
1	五	日式烏龍麵	咖哩雞肉飯 (雞丁+馬鈴薯+紅蘿蔔+洋蔥)+ 大黃瓜排骨湯	仙草蜜	√	√	√	√
4	一	蛋花麵線	胚芽米飯+ 蔥爆叻仔魚+ 玉米炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 金針排骨湯	蔬菜湯餃	√	√	√	√
5	二	擔仔麵	胚芽米飯+ 瓜仔肉+ 豆干滷海帶+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔貢丸湯	玉米瘦肉粥	√	√	√	√
6	三	黑糖饅頭+豆漿	義大利肉醬麵 (蘑菇醬+洋蔥+豬絞肉+番茄)+ 玉米濃湯	紅豆湯	√	√	√	√
7	四	蔬菜粉絲湯	胚芽米飯+ 馬鈴薯雞丁+ 紅燒豆腐+ 鮮炒時蔬+ 味噌海芽湯	什錦麵疙瘩	√	√	√	√
8	五	南瓜粥	海鮮燴飯(雞肉+蝦仁+三色豆+青菜) 柴魚豆腐蛋花湯	銅鑼燒+麥茶	√	√	√	√
11	一	什錦麵線	胚芽米飯+ 薑汁魚片+ 三色玉米+ 鮮炒時蔬+ 紫菜蛋花湯	鍋燒意麵	√	√	√	√
12	二	玉米蛋花粥	胚芽米飯+ 京醬肉絲+ 洋蔥炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 竹筍排骨湯	什錦米粉湯	√	√	√	√
13	三	鮮奶饅頭+豆漿	什錦炒飯條 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 冬瓜蛤蜊湯	檸檬愛玉	√	√	√	√
14	四	什錦米苔目	胚芽米飯+ 打拋豬+ 家常豆腐+ 鮮炒時蔬+ 蔬菜玉米湯	芋頭瘦肉粥	√	√	√	√
15	五	鮮蔬肉絲麵	滷肉飯 (豬肉+豆乾丁+香菇)+ 高麗菜+ 蓮藕排骨湯	綠豆湯	√	√	√	√
18	一	什錦飯條湯	胚芽米飯+ 塔香雞丁+ 雙色玉米+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔貢丸湯	蘿蔔糕湯	√	√	√	√
19	二	雞蛋蔬菜粥	胚芽米飯+ 冬瓜燴豬肉+ 滷豆干片 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	絲瓜米苔目	√	√	√	√
20	三	芋泥包+豆漿	什錦炒麵 (肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜)+ 大黃瓜魚羹湯	紅豆湯	√	√	√	√
21	四	肉絲麵線	胚芽米飯+ 咖哩雞丁+ 螞蟻上樹+ 鮮炒時蔬+ 番茄蛋花湯	南瓜粥	√	√	√	√
22	五	什錦湯麵	胚芽米飯+ 紅燒雞腿+ 滷油豆腐 鮮炒時蔬+ 冬瓜排骨湯	綠豆地瓜湯	√	√	√	√
25	一	客家飯條	胚芽米飯+ 薑汁魚片+ 甜條小黃瓜+ 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	什錦冬粉湯	√	√	√	√
26	二	叻仔魚蛋花粥	胚芽米飯+ 京醬肉絲+ 玉米炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 山藥排骨湯	蔬菜湯餃	√	√	√	√
27	三	雞蛋饅頭+豆漿	日式炒烏龍麵 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 蘿蔔貢丸湯	紅豆薏仁湯	√	√	√	√
28	四	南瓜粥	胚芽米飯+ 香菇肉燥+ 醬汁豆干丁+ 鮮炒時蔬+ 味噌豆腐湯	關東煮	√	√	√	√
29	五	絲瓜麵線	日式雞肉燴飯 (雞丁+蛋+洋蔥)+ 竹筍排骨湯	八寶粥	√	√	√	√

主任

園長