

115年 9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	二	玉米蛋花粥	胚芽米飯+ 蔥燒魚片+ 芹菜炒腐皮+ 鮮炒時蔬+大黃瓜排骨湯	味噌拉麵	√	√	√	√
2	三	鮮奶饅頭+牛奶	什錦炒烏龍麵(肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜)+ 紫菜蛋花湯	綠豆蒜西米露	√	√	√	√
3	四	客家板條	胚芽米飯+ 塔香雞丁+ 玉米炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 青菜豆腐湯	吻仔魚蛋花粥	√	√	√	√
4	五	絲瓜麵線	沙茶雞肉燴飯(雞肉+蝦仁+三色豆+青菜)+ 山藥排骨湯	杯子蛋糕+ 蜂蜜柚子茶	√	√	√	√
7	一	蔬菜冬粉湯	胚芽米飯+ 蔥爆吻仔魚+紅蘿蔔炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	什錦湯餃	√	√	√	√
8	二	擔仔麵	胚芽米飯+ 香菇肉燥+ 醬汁豆干丁+ 鮮炒時蔬+ 味噌海芽湯	芋頭瘦肉粥	√	√	√	√
9	三	黑糖饅頭+豆漿	什錦炒板條(肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 冬瓜蛤蜊湯	紅豆薏仁湯	√	√	√	√
10	四	南瓜粥	胚芽米飯+ 咖哩雞丁+ 蔥爆甜不辣+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔貢丸湯	鍋燒意麵	√	√	√	√
11	五	什錦米苔目	胚芽米飯+ 京醬肉絲+ 三色玉米+ 鮮炒時蔬+大黃瓜魚羹湯	仙草蜜	√	√	√	√
14	一	吻仔魚蛋花粥	胚芽米飯+ 玉米燴雞丁+ 螞蟻上樹+ 鮮炒時蔬+ 金針排骨湯	什錦麵疙瘩	√	√	√	√
15	二	什錦麵線	胚芽米飯+ 冬瓜燴豬肉+金針菇炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 蓮藕排骨湯	肉燥意麵	√	√	√	√
16	三	小肉包+牛奶	義大利肉醬麵(蘑菇醬+洋蔥+豬絞肉+番茄)+ 玉米濃湯	柚香愛玉	√	√	√	√
17	四	蔬菜粉絲湯	胚芽米飯+ 洋蔥豬肉燒+ 滷油豆腐+ 鮮炒時蔬+ 味噌海芽湯	玉米雞蓉粥	√	√	√	√
18	五	鮮蔬肉絲麵	滷肉飯(豬肉+豆乾丁+香菇)+ 高麗菜+ 蘿蔔排骨湯	綠豆湯	√	√	√	√
21	一	日式烏龍麵	胚芽米飯+ 薑絲魚片+ 甜條小黃瓜+ 鮮炒時蔬+ 榨菜肉絲湯	玉米吻仔魚粥	√	√	√	√
22	二	什錦粉絲湯	胚芽米飯+ 瓜仔肉+ 洋蔥炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 味噌豆腐湯	紅豆湯	√	√	√	√
23	三	芝麻饅頭+豆漿	什錦炒麵(肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜)+ 番茄蛋花湯	南瓜米粉湯	√	√	√	√
24	四	蛋花麵線	胚芽米飯+ 紅燒雞腿+ 豆干滷海帶+ 鮮炒時蔬+ 蔬菜玉米湯	什錦意麵	√	√	√	√
25	五	中 秋 節						
28	一	教 師 節						
29	二	什錦冬粉湯	胚芽米飯+ 榨菜肉絲+ 黃瓜燴菜捲+ 鮮炒時蔬+ 竹筍排骨湯	芋頭米粉湯	√	√	√	√
30	三	雞蛋饅頭+牛奶	日式炒烏龍麵(肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜)+ 柴魚豆腐蛋花湯	紅豆紫米湯	√	√	√	√

主任

園長