

115年9月份菜單

日期	上 午 點 心	午 餐	下 午 點 心	全穀根莖類	肉蛋豆魚	蔬菜類	水果
9/1(二)	牛奶、雙色小饅頭	白米飯+糙米飯、花椰菜炒肉絲(綠花椰菜、豬肉絲)、木耳金針菇(木耳、金針菇)、紅蘿蔔炒蛋(雞蛋、紅蘿蔔)、芹菜貢丸湯、火龍果	雞蛋布丁	○	○	○	○
9/2(三)	蛋花雞絲麵(雞蛋、雞絲麵)	咖哩燴飯(洋蔥、馬鈴薯、咖哩塊、紅蘿蔔、豬肉絲)、火龍果	關東煮(白蘿蔔、紅蘿蔔、黑輪)	○	○	○	○
9/3(四)	玉米濃湯(玉米粒，玉米醬，牛奶)，白吐司	白米飯+糙米飯、綜合滷味(小車輪、豬絞肉、豆干)、炒空心菜、蒸蛋、蕃茄洋蔥蔬菜湯(洋蔥、牛番茄、高麗菜)、火龍果	仙草凍甜湯	○	○	○	○
9/4(五)	生日蛋糕、菊花茶	日式湯麵(柴魚片、黃油麵、豬肉絲、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔絲、洋蔥)、火龍果	蔥花捲、枸杞茶	○	○	○	○
9/7(一)	地瓜粥、海苔鬆	蔬食炒麵(黃油麵、雞蛋、高麗菜、木耳、紅蘿蔔)、金針花湯、蘋果	枸杞紅棗粥(枸杞、紅棗、糯米)	○	○	○	○
9/8(二)	玉米蒸蛋(玉米粒、三色豆、雞蛋)	白米飯+糙米飯、肉絲炒豆干(豬肉絲、豆干)、豆薯炒蛋(雞蛋、豆薯)、炒尼龍白菜、薑絲蚬仔湯、蘋果	麵線羹(紅麵線、雞蛋)	○	○	○	○
9/9(三)	雞肉玉米粥(雞肉、玉米醬、白米飯)	夏威夷蛋炒飯(白米飯、玉米粒、豬肉絲、雞蛋、肉鬆、鳳梨)、青菜豆腐湯、蘋果	三絲丸子羹湯(紅蘿蔔絲、金針菇、肉丸、香菇絲)	○	○	○	○
9/10(四)	香菇肉羹湯(豬肉羹、香菇、筍絲、雞蛋)	白米飯+糙米飯、番茄炒雞蛋(大番茄、雞蛋)、黑瓜滷肉(黑瓜、豬絞肉)、炒豆芽、味噌海帶芽湯(味噌、海帶芽)、蘋果	米苔目湯(芹菜、米苔目、油蔥酥)	○	○	○	○
9/11(五)	叻仔魚粥(叻仔魚、白米飯、莧菜)	義大利肉醬麵(螺旋麵、豬絞肉、三色豆、玉米粒、番茄醬、洋蔥)、冬瓜湯、蘋果	小肉包、枸杞茶	○	○	○	○
9/14(一)	青菜水餃湯(小白菜、水餃)	咖哩鍋燒意麵(素咖哩塊、小白菜、雞蛋、意麵、豆皮、素火腿)、蘋果	紅豆湯	○	○	○	○
9/15(二)	奶油餐包、麥茶	白米飯+糙米飯、菇菇黃瓜(袖珍菇、大黃瓜)、三杯雞(九層塔、老薑片、雞肉)、炒清江菜、薑絲蚬仔湯(薑絲、蚬仔)、蘋果	葡萄乾饅頭，決明子茶	○	○	○	○
9/16(三)	粿仔條湯(粿仔條、韭菜、豆芽菜)	什錦燴飯(白米飯、大白菜、豬肉絲、紅蘿蔔、香菇、青豆仁)、蘋果	蛋花麵線(雞蛋，白麵線)	○	○	○	○
9/17(四)	馬鈴薯濃湯(馬鈴薯、三色豆、奶粉)	白米飯+糙米飯、冬瓜滷肉(冬瓜、絞肉)、炒小白菜、玉米炒蛋(玉米粒、雞蛋)、紫菜湯、鳳梨	地瓜綠豆甜湯(地瓜、綠豆)	○	○	○	○
9/18(五)	黑糖小饅頭，菊花茶	皮蛋瘦肉粥(白米飯、豬肉絲、皮蛋、鹹鴨蛋、青豆仁、高麗菜)、鳳梨	浮水魚羹(筍絲、魚羹、雞蛋)	○	○	○	○
9/21(一)	蘿蔔糕湯(蘿蔔糕，芹菜)	什錦炒飯(白米飯、香菇、高麗菜、三色豆、雞蛋、豆包)、薑絲海帶芽湯(薑絲、海帶芽)、鳳梨	白木耳枸杞甜湯(白木耳、枸杞)	○	○	○	○
9/22(二)	餛飩湯(餛飩、小白菜)	白米飯+糙米飯、紅燒獅子頭(豬絞肉、紅蘿蔔)、絲瓜滑蛋(絲瓜、雞蛋)、炒油菜、冬瓜湯、鳳梨	白蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、貢丸)	○	○	○	○
9/23(三)	台式鹹粥(白米飯、油蔥酥、絞肉，高麗菜)	親子丼飯(雞肉、洋蔥、馬鈴薯、三色豆、杏鮑菇、高麗菜)，鳳梨	薏仁麥片牛奶(薏仁、麥片、奶粉)	○	○	○	○
9/24(四)	豆漿、玉米脆片	白米飯+糙米飯、香煎旗魚、金沙杏鮑菇(杏鮑菇頭、鹹蛋)、炒青江菜、油蔥高麗菜湯、鳳梨	肉鬆餐包、冬瓜茶	○	○	○	○
9/25(五)~9/28(一)中秋連休							
9/29(二)	三絲冬粉湯(金針菇、紅蘿蔔絲、木耳絲、冬粉)	白米飯+糙米飯，馬鈴薯燉肉(馬鈴薯、豬肉絲)，洋蔥炒蛋(洋蔥、雞蛋)、炒尼龍白菜、紫菜湯、木瓜	愛玉杏仁凍甜湯	○	○	○	○
9/30(三)	絲瓜滑蛋粥(絲瓜、白米飯、雞蛋)	味噌烏龍湯麵(烏龍麵、高麗菜、味噌、香菇、紅蘿蔔、豬肉絲、雞蛋)、木瓜	八寶粥(紅豆、綠豆、薏仁、麥片)	○	○	○	○

說明：1. 本餐點內容將視幼兒口味、天氣冷熱以及當季蔬果適時調整。

2. 若幼兒對某些食物有過敏，請通知本園。

3. 每逢週二、週四午餐的白飯有添加糙米。

4. 本園選用健康、營養、自然不含咖啡因的食物，且在烹調過程中，不添加任何味精。

5. 豆漿由本園自行磨豆製成。

6. 本園一律使用國產豬肉。