

崇學國小附幼9月份餐點表

日期		上午	食材明細	下午	食材明細	水果
8/30	三	葡萄饅頭+豆漿	麵粉, 葡萄乾, 黃豆	香椿抓餅	麵粉, 沙拉油, 香椿	西瓜
8/31	四	肉絲蛋麵線	肉絲, 雞蛋, 紅麵線, 高麗菜	白菜香菇丸湯	白菜, 香菇丸	木瓜
9/1	五	貢丸冬粉湯	貢丸, 冬粉, 豆芽菜, 小白菜, 芹菜	麵包+鮮奶	麵粉, 酵母, 奶油	芒果
9/4	一	鮮菇臊仔湯	粿條, 白菜, 肉絲, 香菇	水果愛玉	蘋果, 香瓜, 西瓜, 木瓜, 愛玉	香瓜
9/5	二	南瓜蔬菜粥	南瓜, 白米, 高麗菜, 絞肉	豆花	黃豆, 糖水	芭樂
9/6	三	菜包+豆漿	高麗菜, 麵粉, 黃豆	花枝丸	花枝漿	西瓜
9/7	四	鳳梨雞冬粉湯	鳳梨, 雞肉, 冬粉	蔬菜餛飩湯	小白菜, 餛飩	火龍果
9/8	五	香菇肉羹	香菇, 筍絲, 高麗菜, 雞蛋, 豬肉	麵包+鮮奶	麵粉, 酵母, 奶油	芒果
9/11	一	陽春麵	麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥	冬瓜粉圓	冬瓜茶, 粉圓	西瓜
9/12	二	虱目魚粥	虱目魚, 米, 芹菜	鬆餅	麵粉, 奶油	香瓜
9/13	三	鍋貼+豆漿	黃豆, 高麗菜, 絞肉, 蔥	紅豆紫米粥	鮮奶, 紅豆, 紫米	木瓜
9/14	四	什錦蛋炒飯	雞蛋, 肉絲, 白米, 洋蔥, 玉米, 碗豆, 紅蘿蔔	浮水魚羹	魚羹, 筍絲, 高麗菜	火龍果
9/15	五	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕, 韭菜, 豆芽, 肉絲	麵包+鮮奶	麵粉, 酵母, 奶油	西瓜
9/18	一	米苔目湯	米苔目, 小白菜, 韭菜, 豬肉	鳳梨愛玉湯	鳳梨, 愛玉	芭樂
9/19	二	竹筍瘦肉粥	香菇, 竹筍, 絞肉, 白米	奶油餅	麵粉, 奶油, 雞蛋	木瓜
9/20	三	肉包+豆漿	豬肉, 麵粉, 黃豆	紅豆湯	紅豆	西瓜
9/21	四	巧達濃湯	紅蘿蔔, 雞蛋, 杏鮑菇, 玉米, 馬鈴薯	壽司	白米, 海苔, 肉鬆, 雞蛋, 芝麻	芒果
9/22	五	滷蛋+海帶芽湯	雞蛋, 海帶芽	麵包+鮮奶	麵粉, 酵母, 奶油	火龍果
9/23	六	水餃	高麗菜, 絞肉, 蔥, 麵粉	起司蛋堡	漢堡, 起司, 雞蛋, 小黃瓜, 沙拉醬	西瓜
9/25	一	豆菜麵	豆芽菜, 肉燥, 麵條	薯條	馬鈴薯	芭樂
9/26	二	雞蓉玉米粥	雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米	仙草粉圓湯	仙草, 粉圓	西瓜
9/27	三	黑糖饅頭+豆漿	黑糖, 麵粉, 黃豆	蘿蔔糕	在來米, 菜頭, 絞肉	香瓜
9/28	四	鮮菇米粉湯	豆芽菜, 小白菜, 韭菜, 香菇, 肉絲, 米粉	紅豆薏仁	紅豆, 薏仁	木瓜

※點心設計以低油、低鹽、低糖及高纖維、高鈣之三低二高為原則，以符合六大類 營養素熱量來源比例，均衡攝取各類食物

※本園點心食材一律使用本土國產肉品

※因應低碳校園生活，每週三為蔬食日

承辦人：

教師林紀華

園主任：

教師侯宜寧

園戳章：

