

## 臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 110 年度第一學期

## 9 月份餐點表

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W1 1	三	芝麻包+紫菜蛋花湯	高麗菜烏龍湯麵、滷蛋、蘋果	蔥油餅
2	四	蘋果片+優酪乳	米飯、冬瓜燉肉、玉米豆乾丁、炒高麗菜、海帶芽排骨湯	蔬菜肉絲湯麵
3	五	奶皇包+低糖豆漿	米飯、馬鈴薯燒雞、古早菜脯蛋、炒空心菜、紫菜金針菇湯	柚子
W2 6	一	什錦蔬菜粥	米飯、椒鹽魚丁、紅蘿蔔絲炒蛋、炒青江菜、四神金針菇湯	芭樂+優酪乳
7	二	蛋餅+低糖豆漿	白飯、醬瓜子肉、三杯杏鮑菇、炒油菜、洋蔥蛋花湯	香蕉+鮮奶
8	三	滑蛋麵線	筍仔粥、奇美小肉包、香蕉	白菜餛飩湯
9	四	柚子	米飯、糖醋腩肉丁、蒲瓜粉絲、炒絲瓜、玉米塊排骨湯	水餃+低糖豆漿
10	五	香蕉+低糖豆漿	米飯、茄汁雞肉、海帶干絲、炒空心菜、冬瓜小魚湯	紅豆銅鑼燒+米漿
11	六	蘋果片+鮮奶	酸辣湯麵、奶皇包	綠豆薏仁湯
W3 13	一	蔬菜湯麵	米飯、蒸油甘魚片、番茄炒蛋、炒菠菜、冬瓜菇菇湯	芭樂+低糖豆漿
14	二	蘋果片	米飯、鼓汁排骨、芹香豆乾片、炒高麗菜、蘿蔔魚丸湯	玉米雞蛋粥
15	三	筍香肉包+低糖豆漿	咖哩雞肉飯、蒸銀絲捲、金針菇蛋花湯、水果	紅豆湯
16	四	芭樂	米飯、蒜泥白肉、鮑菇豆丁、炒油菜、海帶芽排骨湯	水煎包
17	五	香蕉	米飯、黑胡椒雞丁、黃瓜燴魚羹、炒青江菜、南瓜排骨湯	鮮奶、玉米脆片
W4 22	三	芭樂、低糖豆漿	酸辣湯麵、花枝丸、水果	蛋餅+米漿
23	四	柚子	米飯、韓式泡菜豬肉飯炒年糕、鮪魚玉米粒、高麗菜、洋蔥蛋花湯	水煎包
24	五	百香果+優酪乳	米飯、豆乳雞、蔥爆甜不辣、炒油菜、榨菜銀芽湯	銀絲卷+鮮奶
W5 27	一	奶皇包+鮮奶	米飯、酥炸秋刀魚、豆芽海帶芽炒蛋、炒青江菜、南瓜洋蔥湯	柚子+低糖豆漿
28	二	芭樂+優酪乳	白飯、酸菜雞腿丁、沙茶炒金針菇、炒高麗菜、海帶芽排骨湯	水煮蛋+低糖豆漿
29	三	柚子	香滑蛋雞肉粥、大成克林姆麵包、蘋果	白菜虱目魚丸湯麵
30	四	芭樂+鮮奶	米飯、蔥爆洋蔥豬肉年糕、蒲瓜粉絲、炒空心菜、冬瓜排骨湯	奶酥麵包+燕麥奶
1	五	柚子	米飯、麻油雞肉丁、花椰菜米血、炒青江菜、蛋花湯	馬拉糕+鮮奶

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物。

幼兒園教師：單位主管：校長：