

## 臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 111 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
W3 12	一	香蕉+鮮奶	糙米飯、黑胡椒豬柳、鮮蔬烘蛋、炒有機高麗菜、菜頭貢丸湯	葡萄吐司+鮮奶
13	二	芭樂片+低糖豆漿	糙米飯、山藥排骨、三杯杏鮑菇、炒絲瓜、蒜頭雞湯	青江菜魚丸湯麵
14	三	奇異果+優酪乳	茄汁豬肉麵、香滷雞排、雜糧肉鬆麵包、紅龍果	白菜餛飩湯麵
15	四	蘋果片+低糖豆漿	糙米飯、香酥虱目魚柳、秀珍菇絲瓜、炒有機油菜高麗菜蛋花湯	高麗菜蘿蔔糕湯
16	五	水梨片+優酪乳	糙米飯、糖醋雞丁、蜜汁豆干、炒覓菜、鮮乳、關東煮湯	水煮蛋+燕麥堅果奶
W4 19	一	蘋果片+鮮奶	糙米飯、南瓜咖哩雞、菜豆炒肉末、炒有機空心菜、紫菜蛋花湯	克林姆麵包+米漿
20	二	芭樂片+低糖豆漿	糙米飯、車輪滷肉、玉米蝦仁炒蛋、炒高麗菜海帶結排骨湯	滑蛋玉米瘦肉粥
21	三	柚子+鮮奶	虱目魚粥、日式豬排、蘋果、關東煮湯	奶皇包+低糖豆漿
22	四	香蕉+優酪乳	糙米飯、蒲燒魚片、冬瓜香菇燒豆腐、炒有機青江菜、海帶芽味增湯	馬拉糕+芝麻豆漿
23	五	火龍果片+低糖豆漿	糙米飯、香滷雞腿、彩椒炒花椰菜、炒白菜、菱角軟骨湯	紅豆銅鑼燒+鮮奶
W5 26	一	芭樂片+低糖豆漿	糙米飯、瓜仔肉燥、刺黑黑玉米炒蛋、炒有機油菜、高麗菜蛋花湯	紅豆麵包+低糖豆漿
27	二	奇異果+優酪乳	糙米飯、紅黃椒炒雞柳、木須炒蛋咖、香菇高麗菜、白菜番茄豆皮湯	鮮肉包+鮮奶
28	三	鳳梨片+鮮奶	鐵板蘑菇麵、咖哩虱目魚排、雜糧藍莓麵包、白菜針菇湯、葡萄	白菜虱目魚丸湯
29	四	香蕉+燕麥堅果奶	糙米飯、得利魚排、鮮菇雙色花椰、炒有機白菜、筍絲魚皮湯	蔥油餅+低糖豆漿
30	五	柚子+優酪乳	糙米飯、鹹水雞、紅蘿蔔炒蛋、炒空心菜、有機豆漿、山藥軟骨湯	玉米脆片+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：

教師兼周建男  
附設幼兒園主任

單位主管：

教師兼周建男  
附設幼兒園主任

校長

校長黃文信