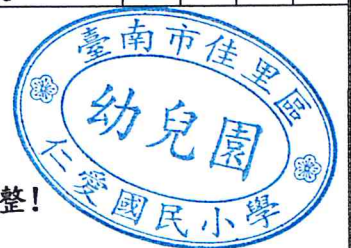


臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 110 學年度第 1 學期 9 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
9/1	三	地瓜粥拌魚鬆	竹筍肉絲粥、關東煮、雪菇高麗菜、黑豆奶	蘋果	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/2	四	雞絲麵	燕麥飯、咖哩南瓜雞、絲瓜蛤蠣、薑炒有機油菜、味噌豆腐湯	香蕉	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
9/3	五	叻仔魚粥	白飯、馬鈴薯燉肉、香菇蒸蛋、炒有機小白菜、紫菜蛋花湯	香蕉	小牛角豆漿	✓	✓	✓	✓
9/6	一	壽司低糖麥茶	五穀飯、香菇瓜仔肉、田園高麗菜、炒有機小白菜、金針菇蛋花湯	蘋果	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/7	二	清粥小菜花瓜、麵筋	白飯、咖哩燒魚塊、蝦仁黃瓜、香菇炒大陸妹、魚丸蔬菜湯	芭樂	小雞塊低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
9/8	三	蘿蔔糕低糖麥茶	韓式泡菜拌海苔飯、五色蔬菜(小黃瓜、木耳、綠豆芽、胡蘿蔔、青江菜)、玉米炒蛋、海芽豆腐湯、保久乳	蘋果	鬆餅低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
9/9	四	湯餃	糙米飯、糖醋雞肉、洋蔥炒蛋、有機莧菜小魚、薑絲冬瓜湯	梨子	茶葉蛋低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
9/10	五	廣東粥	燕麥飯、壽喜燒、扁蒲甜不辣、青花炒鮑菇、酸辣湯	芭樂	奶油餐包豆漿	✓	✓	✓	✓
9/11	六	鍋燒意麵	白飯、塔香雞、豆薯炒蛋、田園白菜、蘿蔔玉米湯	梨子	三色豆花	✓	✓	✓	✓
9/13	一	翡翠雞茸玉米粥	五穀飯、香滷雞翅、小黃瓜雞絲、奶油花菜、紫菜蛋花湯	芭樂	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/14	二	鍋貼豆漿	白飯、筍片油腐、木須炒蛋、薑炒有機油菜、虱目魚丸湯	香蕉	玉米濃湯吐司	✓	✓	✓	✓
9/15	三	小籠包紫菜蛋花湯	茄汁肉醬麵、雞塊薯條、青江菜炒菇、玉米濃湯、豆奶	蘋果	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
9/16	四	玉米瘦肉粥	白飯、地瓜燒肉、鮮菇大黃瓜、炒有機小白菜、豆薯蛋湯	芭樂	小肉包豆漿	✓	✓	✓	✓
9/17	五	蔬菜蛋餅綠豆汁	麥片飯、三杯雞、番茄豆腐、枸杞莧菜、菜頭湯	香蕉	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/22	三	枸杞麵線	鴨肉麵羹、小肉包、滷豆干海帶、保久乳	芭樂	饅頭夾蛋豆漿	✓	✓	✓	✓
9/23	四	蛋抓餅豆漿	糙米飯、泰式打拋豬、炒高麗菜、薑炒有機油菜、小白菜豆腐湯	梨子	雞蛋糕低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
9/24	五	竹筍稀飯	白飯、和風燒雞、麻婆豆腐、炒有機小白菜、綠豆地瓜甜湯	芭樂	草莓吐司豆漿	✓	✓	✓	✓
9/27	一	碗粿味噌湯	糙米飯、蔥爆豬柳、香菇炒蒲瓜、薑炒有機油菜、高麗菜蛋花湯	梨子	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/28	二	什錦蔬菜粥	小米飯、酥炸魚柳、胡蘿蔔炒蛋、炒有機小白菜、冬瓜蛤蠣湯	蘋果	原味豆花	✓	✓	✓	✓
9/29	三	水果布丁蛋糕低糖麥茶	鍋燒意麵、紅茶茶葉蛋、綜合關東煮、豆奶	梨子	全穀饅頭豆漿	✓	✓	✓	✓
9/30	四	香菇肉羹麵	五穀飯、筍乾控肉、豆薯炒蛋、田園白菜、黃瓜排骨湯	香蕉	小可頌豆漿	✓	✓	✓	✓
用餐天數：21 天		備註： ☆9/11(六)補課 ☆9/18~9/21 中秋節連假 ☆9/29(三) 9 月份慶生會 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！ ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果，並隨產季機動調整！ ☆本園一律使用國產豬肉、牛肉及符合食品安全標章食材！							



製表：

教保員蔡美鳳

園主任：

教師兼附設幼兒園主任 陳月霜

校長：

臺南市佳里區 楊宗穎 仁愛國民小學校長