



## 臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 111 學年度第 1 學期 8、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 |
|---------------|----|--|------------------------------------|-----|-------------|------|------|-----|-----|
| 8/30          | 二  | 蛋抓餅<br>豆漿  | 白飯、香菇肉燥、玉米炒蛋、炒高麗菜、大黃瓜豬骨湯           | 蘋果  | 雞蛋布丁        | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 8/31          | 三  | 竹筍粥  | 沙茶麵羹、三杯炒滷味、保久乳                     | 香蕉  | 餛飩湯         | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/1           | 四  | 雞絲麵  | 白飯、筍乾控肉、絲瓜冬粉、炒有機味美菜、筍絲雞湯           | 蘋果  | 紅豆薏仁湯       | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/2           | 五  | 叻仔魚粥   | 白飯、糖醋雞丁、麻婆豆腐、炒有機黑葉白菜、高麗菜南瓜湯        | 芭樂  | 小饅頭<br>豆漿   | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/5           | 一  | 什錦蔬菜粥  | 白飯、三杯杏鮑菇雞丁、豆芽菜炒肉絲、肉燥地瓜葉、蘿蔔豬骨湯      | 香蕉  | 玉米脆片<br>鮮奶  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/6           | 二  | 海鮮湯麵   | 白飯、高麗菜炒肉片、咖哩豆腐、炒有機青松菜、絲瓜蛋花湯        | 蘋果  | 玉米蘿蔔排骨湯     | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/7           | 三  | 蘿蔔糕<br>低糖麥茶  | 竹筍香菇泡飯、香酥虱目魚柳、滷冬瓜麵筋泡、保久乳           | 芭樂  | 燒仙草         | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/8           | 四  | 香菇肉羹麵  | 白飯、泰式打拋肉、黃瓜黑輪、蒜炒大陸妹、高麗菜雞湯          | 文旦  | 茶葉蛋<br>低糖麥茶 | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/9           | 五  | 中秋節連假不供餐   |                                    |     |             |      |      |     |     |
| 9/12          | 一  | 浮水魚羹麵  | 白飯、沙茶豬柳、雙花燴鴿蛋、蒜炒有機青江菜、菇菇雞湯         | 芭樂  | 玉米脆片<br>鮮奶  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/13          | 二  | 翡翠雞茸玉米粥  | 白飯、紅燒油豆腐、紅蘿蔔炒蛋、南瓜高麗菜、冬瓜蛤蚧湯         | 香蕉  | 鬆餅<br>低糖麥茶  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/14          | 三  | 肉鬆蛋餅<br>豆漿   | 義大利肉醬麵、雞丁薯條、玉米濃湯、保久乳               | 芭樂  | 鴨肉冬粉        | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/15          | 四  | 絲瓜麵線   | 五穀飯、黑胡椒雞丁、筍白筍炒肉絲、蒜炒莧菜、紫菜蛋花湯        | 葡萄  | 三色豆花        | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/16          | 五  | 玉米瘦肉粥  | 糙米飯、蒜泥白肉、小瓜炒甜不辣、薑炒尼龍白菜、味噌豆腐湯       | 香蕉  | 玉米濃湯<br>吐司  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/19          | 一  | 蔬菜蛋餅<br>綠豆汁  | 白飯、南瓜燒肉、黃瓜燴魚羹、沙茶油菜、海帶芽蛋花湯          | 葡萄  | 玉米脆片<br>鮮奶  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/20          | 二  | 枸杞麵線   | 胚芽米飯、蔥燒鯛魚、番茄豆腐、蒜炒味美菜、蘿蔔玉米湯         | 火龍果 | 饅頭夾蛋<br>豆漿  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/21          | 三  | 魚皮粥  | 肉絲蛋炒飯、白菜滷、蒲瓜豬骨湯、保久乳                | 芭樂  | 綠豆地瓜湯       | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/22          | 四  | 麵線羹  | 白飯、回鍋肉片、菇炒絲瓜、炒有機白菜、山藥雞湯            | 蘋果  | 火腿蛋吐司<br>豆漿 | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/23          | 五  | 碗粿<br>味噌湯  | 白飯、咖哩雞、木須炒蛋、蒜炒有機空心菜、白菜豬骨湯          | 火龍果 | 粉圓豆花        | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/26          | 一  | 清粥小菜<br>煎蛋、麵筋  | 白飯、鳳梨雞丁、四季豆肉末、蝦皮白菜、豆薯蛋花湯           | 蘋果  | 玉米脆片<br>鮮奶  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/27          | 二  | 什錦板條湯  | 胚芽米飯、瓜仔豆腐、蝦仁蒸蛋、炒有機青松菜、冬瓜魚丸湯        | 香蕉  | 全穀饅頭<br>豆漿  | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/28          | 三  | 水果布丁蛋<br>糕低糖麥茶   | 麻醬乾麵、滷味(腱肉、海帶、甜不辣)、清燙小白菜、蘿蔔豬骨湯、保久乳 | 蘋果  | 紫米紅豆湯       | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/29          | 四  | 小米蛋花粥  | 白飯、春川炒雞、杏鮑菇炒豆乾、炒有機黑葉白菜、大黃瓜豬骨湯      | 葡萄  | 南瓜海鮮濃湯      | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 9/30          | 五  | 義大利肉醬麵   | 五穀米飯、芋頭燒肉、鐵板豆芽菜、燴雙花、竹筍雞湯           | 香蕉  | 原味豆花        | ✓    | ✓    | ✓   | ✓   |
| 用餐<br>天數：23 天 |    | 備註：<br>☆9/9-9/11 中秋節連假 ☆9/28(三) 9 月份慶生會<br>☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！<br>☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形，請事先告知老師，避免食用而引發不適！<br>☆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！<br>☆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  
仁愛國民小學校長 楊宗穎