



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 112 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	三	絲瓜枸杞麵線	雞肉絲飯、肉燥、南瓜高麗菜、味噌海帶芽湯、保久乳	蘋果	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
8/31	四	竹筍粥	白米飯、咖哩雞丁、玉米炒蛋、薑炒有機白菜、鮮筍排骨湯	香蕉	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
9/1	五	雞絲麵	五穀米飯、香菇燒肉、滷香豆乾、絲瓜枸杞、紫菜蛋花湯	香蕉	紅豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
9/4	一	叻仔魚粥	白米飯、泰式打拋肉、黃瓜黑輪、炒有機荷葉白菜、玉米蛋花湯	蘋果	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/5	二	什錦蔬菜粥	紅藜米飯、沙茶魚丁、紅蘿蔔炒蛋、香菇炒大陸妹、冬瓜魚丸湯	櫻桃	菇菇雞湯	✓	✓	✓	✓
9/6	三	海鮮湯麵	海苔香鬆飯、韓式泡菜拌飯料(豬肉條、韓式泡菜)、白菜獅子頭、綜合蔬菜(紅蘿蔔、豆芽菜、海帶)、糯米人參雞湯、保久乳	香蕉	玉米蘿蔔排骨湯	✓	✓	✓	✓
9/7	四	蘿蔔糕 低糖麥茶	白米飯、三杯杏鮑菇雞丁、秀珍炒筍白筍、炒有機味美菜、酸辣湯	梨子	原味豆花	✓	✓	✓	✓
9/8	五	香菇肉羹麵	糙米白飯、壽喜燒肉、干貝絲瓜豆腐、炒空心菜、筍絲雞湯	櫻桃	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
9/11	一	枸杞麵線	白米飯、筍乾控肉、蒜香小黃瓜雞絲、蒜炒高麗菜、菇菇雞湯	梨子	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/12	二	翡翠雞茸玉米粥	魚鬆飯、蒲燒鯛魚、木須炒蛋、蒜炒有機小松菜、海芽豆腐湯	奇異果	鬆餅 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
9/13	三	肉鬆蛋餅 豆漿	義大利肉醬麵(牛排麵、豬肉、洋蔥、番茄醬) 麥克雞塊、洋菇炒雙花、玉米濃湯、保久乳	梨子	鴨肉冬粉	✓	✓	✓	✓
9/14	四	番茄雞蛋麵	五穀飯、泰式塔香雞腿、香菇燒筍、炒有機荷葉白菜、豆薯蛋花湯	紅龍果	三色豆花	✓	✓	✓	✓
9/15	五	清粥小菜 煎蛋、麵筋	白米飯、香菇瓜仔肉、泡菜銀芽豆包、蒜香地瓜葉、大黃瓜排骨湯	奇異果	玉米濃湯 吐司	✓	✓	✓	✓
9/18	一	蔬菜蛋餅 綠豆汁	白米飯、蜜汁排骨、玉米乾丁、蒜炒有機青油菜、山藥枸杞雞湯	紅龍果	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/19	二	虱目魚魚柳粥	糙米白飯、酥炸魚柳、番茄雞蛋豆腐、炒高麗菜、白蘿蔔玉米湯	梨子	饅頭夾蛋 豆漿	✓	✓	✓	✓
9/20	三	絲瓜蛤蜊麵線	蔥爆鴨肉麵羹、綜合滷味(米血、豆干、海帶、杏鮑菇) 炒小黃瓜、保久乳	紅龍果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
9/21	四	麵線羹	紅藜米飯、香滷雞腿、筍白筍炒魷魚、蒜炒空心菜、小白菜豆腐湯	香蕉	火腿蛋吐司 豆漿	✓	✓	✓	✓
9/22	五	魚皮粥	白米飯、味噌豬柳、雙花燴鴿蛋、炒有機黑葉白菜、筍絲排骨湯	梨子	粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
9/23	六	義大利肉醬麵	白米飯、蒜泥白肉、大黃瓜魚羹、蒜香大陸妹、絲瓜蛋花湯	香蕉	小饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
9/25	一	玉米瘦肉粥	白米飯、蔥爆豬柳、麻婆豆腐、蒜炒有機味美菜、高麗菜蛋花湯	香蕉	玉米脆片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/26	二	什錦板條湯	地瓜米飯、宮保雞丁、桂竹筍滷油豆腐、五色蔬菜、蒲瓜排骨湯	紅龍果	全穀饅頭 豆漿	✓	✓	✓	✓
9/27	三	水果布丁蛋 糕低糖麥茶	鍋燒拉麵(拉麵、金針菇、文蛤、蝦仁虱目魚柳)、茶葉蛋、清燙有機小白菜、保久乳	梨子	紫米紅豆湯	✓	✓	✓	✓
9/28	四	小米蛋花粥	糙米白飯、花生豬腳、豆薯炒蛋、田園白菜、絲瓜餛飩湯	甜桃	南瓜海鮮濃湯	✓	✓	✓	✓



備註：  
 ☆餐點若遇偶發事件需變更，則以相同屬性食品替代！ ☆9/27(三)8.9月慶生會  
 ☆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！  
 ☆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！  
 ☆本園一律採用國內在地豬肉、牛肉之生鮮食材！

製表： **教保員蔡美鳳**      營養師： **營養師陳芳蘭**      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蔡淑芬**