成德附幼 111 年 8-9月幼兒餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心
30	二	肉包 肉包	咖哩飯 白米.豬肉.紅蘿蔔.馬鈴薯.洋蔥.咖哩塊			青菜.水果 時蔬.水果	玉米蛋花湯 玉米粒.雞蛋	奶油餐包 奶油餐包
31	三	糙米粥 糙米.脯排.芹菜	有機白米飯 白米.有機米	竹筍燒肉 豬肉.竹筍	紅絲炒蛋 雞蛋.紅蘿蔔	青菜.水果 時蔬.水果	黃瓜魚丸湯 大黃瓜.鱈魚丸	小可頌麵包+鮮奶 小可頌麵包.鮮奶
1	四	油豆腐米苔目 米苔目.油豆腐.肉絲.芹菜	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	香酥魚塊 土魠魚	滷白菜 大白菜.紅蘿蔔.木耳	青菜.水果 時蔬.水果	野菇雞湯 金針菇.鴻喜菇.秀珍菇.雞肉	芋香西米露+起司吐司 芋香西米露.起司吐司
2	五	擔仔麵 意麵.絞肉.鴿蛋.韭菜.大骨	地瓜飯 白米.地瓜	三杯雞 雞肉.杏鮑菇.薑	涼拌乾絲 豆干絲.芹菜.紅蘿蔔	青菜.水果 時蔬.水果	味噌魚片湯 雕魚片.味噌.豆腐	古早味蛋糕 古早味蛋糕
5	一	玉米蛋餅 玉米蛋餅	海鮮炒麵 麵條.高麗菜.蝦仁.花枝.肉絲			青菜.水果 時蔬.水果	紫菜蛋花湯 紫菜.雞蛋	綠豆湯+小布麗麵包 綠豆湯.小布麗麵包
6	二	魚片粥 白米.鯛魚片.芹菜	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	梅乾扣肉 豬肉.梅乾菜	玉米炒蛋 玉米粒.雞蛋	青菜.水果 時蔬.水果	酸不辣湯 豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋	麥茶+芝士條麵包 麥茶.芝士條麵包
7	三	關東煮 玉米.油豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.貢丸	有機白米飯 白米.有機米	豆鼓蒸魚 鱈魚片.豆豉	客家小炒 肉絲.芹菜.豆干.魷魚	青菜.水果 時蔬.水果	香菇雞湯 香菇.雞肉	黑糖饅頭+低糖豆漿 黑糖饅頭.低糖豆漿
8	四	蛤蜊絲瓜麵線 蛤蜊絲瓜麵線	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	瓜仔肉 豬絞肉.醬瓜	花枝丸 花枝丸	青菜.水果 時蔬.水果	白菜鮮菇湯 大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇	亞麻子蔓越莓麵包 亞麻子蔓越莓麵包
9	五	中 秋 節 放 假						
12	一	法式燻雞麵包 法式燻雞麵包	鳳梨蝦仁炒飯 白米.鳳梨罐.蝦仁.玉米.雞蛋.洋蔥			青菜.水果 時蔬.水果	海芽湯 海芽.大骨	冬瓜茶+藜麥果乾饅頭 冬瓜茶.藜麥果乾饅頭
13	二	海鮮湯麵 拉麵.蝦仁.透抽.蛤蜊.小白菜	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	打拋豬 絞肉.蕃茄.九層塔	地瓜薯條 地瓜條	青菜.水果 時蔬.水果	竹筍湯 竹筍.大骨	仙草湯+紅豆吐司 仙草湯.紅豆吐司
14	三	芋頭粥 白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜	有機白米飯 白米.有機米	醬爆雞丁 雞肉.洋蔥.小黃瓜.甜麵醬	蒸蛋 雞蛋	青菜.水果 時蔬.水果	蘿蔔湯 白蘿蔔.大骨	小鮪魚玉米麵包+鮮奶 小鮪魚玉米麵包.鮮奶
15	四	鍋燒冬粉 冬粉.豬肉片.高麗菜.蜀味棒	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	紅燒魚丁 多利魚片.板豆腐.蔥.薑	韭香甜不辣 甜不辣.韭菜花.紅蘿蔔.木耳	青菜.水果 時蔬.水果	蒜頭蛤蜊雞湯 雞肉.蛤蜊.蒜頭	銀耳蓮子湯+鮮奶吐司 銀耳蓮子湯.鮮奶吐司
16	五	麵線羹 紅麵線.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	地瓜飯 白米.地瓜	蒜泥白肉 豬肉片.小黃瓜.蒜末	滷油豆腐 油豆腐.滷包	青菜.水果 時蔬.水果	蓮藕湯 蓮藕.大骨	鹹乳酪蛋糕 鹹乳酪蛋糕
19	一	起司三明治 起司三明治	炒粄條 粄條.肉絲.洋蔥.香菇.高麗菜			青菜.水果 時蔬.水果	貢丸湯 香菇貢丸.芹菜	牛奶布丁麵包 牛奶布丁麵包
20	二	竹筍粥 白米.竹筍.香菇.肉絲	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	百頁燒肉 豬肉.百頁豆腐.蔥.薑	黃瓜鴿蛋 大黃瓜.鴿蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔	青菜.水果 時蔬.水果	鳳梨苦瓜雞湯 雞肉.苦瓜.蔭鳳梨	冰烤地瓜條 冰烤地瓜條
21	三	蘿蔔糕 蘿蔔糕	有機白米飯 白米.有機米	蒲燒鯛魚 鯛魚片	蝦仁筊白筍 筊白筍.蝦仁.紅蘿蔔	青菜.水果 時蔬.水果	四神湯 四神.薏仁.大骨	小紅豆麵包+低糖豆漿 小紅豆麵包.低糖豆漿
22	四	鮮肉雲吞 雲吞.小白菜	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	鹹酥雞 雞肉塊	什錦豆腐 豆腐.杏鮑菇.紅蘿蔔.玉米.青豆	青菜.水果 時蔬.水果	青木瓜大骨湯 青木瓜.大骨	枸杞茶+起司饅頭 枸杞茶.起司饅頭
23	五	火鍋湯 玉米.高麗菜.豬肉片.金針菇.蝦餃	地瓜飯 白米.地瓜	醡醬肉燥 絞肉.豆乾丁.洋蔥	滷蛋 雞蛋.滷包	青菜.水果 時蔬.水果	牛蒡湯 牛蒡.大骨	維也納麵包 維也納麵包
26	一	小籠包 小籠包	櫻花蝦炒飯 白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥			青菜.水果 時蔬.水果	魚丸湯 鱈魚丸.芹菜	紅豆湯+葡萄吐司 紅豆湯.葡萄吐司
27	二	皮蛋瘦肉粥 白米.肉絲.雞蛋.皮蛋	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	蔥燒肉片 豬肉片.洋蔥.壽喜燒醬	香拌素雞 素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜	青菜.水果 時蔬.水果	金針湯 金針.大骨	柚子茶+五穀雜糧饅頭 柚子茶.五穀雜糧饅頭
28	三	水煮玉米+麥茶 玉米.麥茶	有機白米飯 白米.有機米	栗子香菇雞丁 栗子.雞肉.香菇.大黃瓜	白菜炒年糕 白菜.年糕.木耳.紅蘿蔔.梅花肉片	青菜.水果 時蔬.水果	海菜吻仔魚湯 海菜.吻仔魚	小奶酥麵包+鮮奶 小奶酥麵包.鮮奶
29	四	米粉湯 粗米粉.豬肉.芹菜.大骨	五穀珍寶飯 白米.五穀珍寶	花枝蝦排 花枝蝦排	麻婆豆腐(不辣) 豆腐.絞肉.豆瓣醬	青菜.水果 時蔬.水果	洋芋雞湯 馬鈴薯.雞肉	天然酵母乳酪麵包 天然酵母乳酪麵包
30	五	肉羹麵 油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	地瓜飯 白米.地瓜	滷豬腱肉 豬腱肉.蔥.滷包	番茄炒蛋 番茄.雞蛋	青菜.水果 時蔬.水果	冬瓜蛤蜊湯 冬瓜.蛤蜊.薑絲	蔓越莓蛋糕捲 蔓越莓蛋糕捲

＊本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。＊本園一律使用國產豬、牛肉食材，肉品產地:臺灣。

＊學期隔月的每週二固定為環保蔬食餐，愛地球的同時並兼顧幼兒的蔬果攝取。

＊依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，本菜單內容含有部分易引起過敏之食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、 蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，請斟酌食用。