

臺南市私立資優生幼兒園 112學年度 8月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	全蛋類	肉蛋類	豆類	蔬菜類	水果類
			主食	水果							
8/7	一	瘦肉粥、海苔肉鬆	什錦大滷麵(麵、肉絲、紅蘿蔔、筍絲、香菇、雞蛋、冬白菜)、滷百頁豆腐	鳳梨	紅豆湯	○	○	○	○	○	○
8/8	二	葡萄吐司、豆漿	櫻花蝦蛋炒飯(櫻花蝦、雞蛋、高麗菜)、皇帝豆排骨湯	蘋果	蔬菜湯餃(紅蘿蔔、木耳、蛋、鮮肉水餃、高麗菜)	○	○	○	○	○	○
8/9	三	黑糖饅頭、豆漿	糙米飯、客家小炒(肉絲、魷魚絲、豆干、大蒜)、羅宋湯(蕃茄、肉片)	蘋果	銀耳紅棗湯	○	○	○	○	○	○
8/10	四	台式米苔目(米苔目、肉燥、豆芽菜、韭菜、魚板片)	紫米飯、雕魚豆腐滷肉(鯛魚、肉丁、豆腐)、高麗菜、榨菜肉絲湯	芭樂	杏仁愛玉	○	○	○	○	○	○
8/11	五	紅蘿蔔雞蓉蛋粥(胡蘿蔔泥、玉米、雞蓉)	甜醬咖哩飯(紅蘿蔔、馬鈴薯、雞肉、洋蔥)、豆薯蛋花湯	芭樂	小米粥	○	○	○	○	○	○
8/14	一	吻仔魚粥、海苔肉鬆	海鮮鍋燒雞絲麵(雞絲麵、肉絲、蛤仔、花枝、小白菜、蝦仁、烏蛋)	芭樂	地瓜綠豆湯	○	○	○	○	○	○
8/15	二	全麥吐司、牛奶	糙米飯、瓜仔雞(雞肉、大茂黑瓜)、高麗菜、花生排骨湯	芭樂	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○	○	○
8/16	三	雞蛋饅頭、豆漿	紫米飯、香菇滷肉(香菇、肉丁)、冬白菜、鮮魚湯(鯛魚片、小白菜)	香蕉	玉米濃湯	○	○	○	○	○	○
8/17	四	肉絲冬粉(小白菜、肉絲、蛋)	雞絲蔥油拌飯(白飯、雞胸肉、蔥油)、高麗菜、牛蒡排骨湯	香蕉	鮮肉包、麥茶	○	○	○	○	○	○
8/18	五	鮮魚蔬菜粥(高麗菜、魚肉、肉絲)	肉絲蝦仁炒米粉(米粉、肉絲、蝦仁、高麗菜、豆芽菜、芹菜)、鮮菇湯(綜合菇)	蘋果	丹麥吐司、決明子茶	○	○	○	○	○	○
8/21	一	美濃飯條(小白菜、肉絲、蛋)	香菇海鮮肉絲飯湯(白飯、肉絲、香菇、鴻喜菇、花枝、魚丸、高麗菜)	芭樂	古早味蛋糕、龍眼蜜茶	○	○	○	○	○	○
8/22	二	鮮奶吐司、豆漿	地瓜飯(白米、地瓜)、高麗菜封肉(肉片、高麗菜)、空心菜、豆腐味噌湯	芭樂	枸杞銀耳湯	○	○	○	○	○	○
8/23	三	黑糖饅頭、豆漿	糙米飯、紅白蘿蔔滷肉(紅蘿蔔、白蘿蔔、肉丁)、山東大白菜、四神豬腳湯	香蕉	蘿蔔糕豆芽湯(蘿蔔糕、豆芽、韭菜)	○	○	○	○	○	○
8/24	四	雞茸玉米粥(雞肉、蔥、肉絲、玉米)	翡翠肉絲蛋炒飯(白飯、肉絲、雞蛋、菠菜粒)、三絲湯(豆干絲、海帶絲、肉絲)	香蕉	仙草蜜	○	○	○	○	○	○
8/25	五	地瓜粥、海苔肉鬆	鍋燒烏龍麵(烏龍麵、肉絲、大骨、蛤蜊、蟹肉棒、烏蛋)	香蕉	關東煮(白蘿蔔、木耳、燕餃、高麗菜、黑輪)	○	○	○	○	○	○
8/28	一	雞蛋饅頭、豆漿	什錦肉羹冬粉(冬粉、肉羹、大白菜、紅蘿蔔)、滷貢丸	蘋果	冬瓜山粉圓	○	○	○	○	○	○
8/29	二	鮮魚麵線(魚柳、麵線、薑)	小米飯、糖醋雞丁(雞丁、紅椒、黃椒、青椒)、高麗菜、冬瓜蛤蜊湯	蘋果	麻油麵線(小白菜、蛋、肉絲)	○	○	○	○	○	○
8/30	三	紅豆吐司、豆漿	養生菇菇飯(白米、秀珍菇、美白菇、肉絲、香菇、高麗菜)、榨菜肉絲湯	蘋果	香菇肉羹(肉羹、香菇、高湯)	○	○	○	○	○	○
8/31	四	嘴邊肉冬粉湯(米粉、芹菜末、豆腐、嘴邊肉、豆芽菜)	糙米飯、蔥爆肉絲(肉絲、洋葱、青蔥)、冬白菜、香菇雞肉湯(香菇、雞肉)	鳳梨	全麥吐司、菊花茶	○	○	○	○	○	○
9/1	五	肉燥米粉(米粉、肉燥、豆芽菜、韭菜)	鮮肉水餃(豬肉、高麗菜)、酸辣湯(筍絲、金針菇、豆腐、紅蘿蔔、蔥、蛋)	鳳梨	芋頭西米露	○	○	○	○	○	○
9/4	一	滑蛋雞肉粥	麻油肉絲拌飯(白米、肉絲、麻油、高麗菜)、蓮藕排骨湯	鳳梨	時蔬炒麵(豆芽、小白菜、高麗菜、肉絲、蛋)	○	○	○	○	○	○
9/5	二	絲瓜麵線(麵線、絲瓜、枸杞、薑片)	紫米飯、百頁豆腐滷肉(肉片、百頁豆腐)、高麗菜、大黃瓜魚丸湯	蘋果	冬瓜山粉圓	○	○	○	○	○	○
9/6	三	芋頭吐司、豆漿	酸辣湯麵(麵條、肉絲、紅蘿蔔、豆腐、豬血、黑木耳、蛋、筍絲、蔥)	蘋果	白蘿蔔魚丸湯	○	○	○	○	○	○
9/7	四	客家米苔目(米苔目、豆芽菜)	雙色瘦肉粥(白飯、肉絲、雞蛋、皮蛋、杏鮑菇、青蔥)	芭樂	牛奶吐司、麥茶	○	○	○	○	○	○
9/8	五	南瓜雞肉粥(南瓜、雞肉、香菇、蔥)	糙米飯、瓜仔肉(肉丁、大茂黑瓜)、油菜、鮮魚湯(鯛魚片、味噌、青菜)	芭樂	燕麥薏仁粥	○	○	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！