

臺南市私立資優生幼兒園 112學年度 9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							
9/11	一	雞蛋粥、肉鬆	肉絲蛋炒飯(白米、香腸、雞蛋、蔥、毛豆)、冬瓜蛤蜊湯	芭樂	枸杞銀耳湯	○	○	○	○	○	○
9/12	二	全麥吐司、豆漿	糙米飯、紅燒豆腐肉(肉片、豆腐、青椒、紅椒)、高麗菜、白蘿蔔肉絲湯	芭樂	時蔬炒麵(豆牙、小白菜、高麗菜、肉絲、蛋)	○	○	○	○	○	○
9/13	三	滑蛋麵線	白飯、三杯雞(九層塔、杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔)、油菜、蔬菜豆腐湯	香蕉	藍莓餐包、麥茶	○	○	○	○	○	○
9/14	四	奶皇包、牛奶	小米飯、咖哩雞(雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔丁、洋蔥)、冬白菜、味噌小魚干湯	香蕉	麻油麵線(小白菜、蛋、肉絲)	○	○	○	○	○	○
9/15	五	肉燥米粉湯	香菇肉絲飯湯(白米、肉絲、香菇、魚丸、花枝、芹菜)	蘋果	小米甜粥	○	○	○	○	○	○
9/18	一	肉絲板條(花枝、肉絲、小白菜)	白飯、鳥蛋滷肉(五花肉、鳥蛋)、空心菜、黃瓜貢丸湯(大黃瓜、貢丸)	芭樂	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○	○	○
9/19	二	芋頭吐司、豆漿	紫米飯、南瓜燻肉(肉丁、南瓜)、高麗菜、牛蒡排骨湯(牛蒡、排骨)	芭樂	玉米濃湯(洋蔥、玉米、蛋)	○	○	○	○	○	○
9/20	三	芝麻饅頭、牛奶	地瓜飯、雙色炒雞丁(雞肉丁、美白菇、黑木耳)、油菜、花生豬腳湯	香蕉	地瓜綠豆湯	○	○	○	○	○	○
9/21	四	小餐包、豆漿	鮮肉餛飩湯麵(麵條、肉絲、里港餛飩、小白菜、芹菜)	香蕉	杏仁愛玉	○	○	○	○	○	○
9/22	五	南瓜粥(雞肉、南瓜、蔥、香菇)	紫米飯、客家小炒(肉絲、魷魚絲)、高麗菜、羅宋湯(馬鈴薯、蕃茄、肉片)	香蕉	芋頭西谷米	○	○	○	○	○	○
9/23	六	鍋燒意麵(蛋、肉絲、小白菜、花枝)	竹筍海產飯湯(白飯、肉絲、竹筍、蛤蜊、花枝、魚丸、芹菜)	香蕉	芙蓉湯餃(紅蘿蔔、木耳、蛋、高麗菜)	○	○	○	○	○	○
9/25	一	胡蘿蔔玉米粥(胡蘿蔔泥、玉米、雞蓉)	什錦大滷麵(麵條、肉、筍絲、紅蘿蔔、冬白菜、貢丸)	蘋果	手做古早味蛋糕、龍眼蜜茶	○	○	○	○	○	○
9/26	二	嘴邊肉冬粉湯(米粉、芹菜末、豆腐、嘴邊肉、豆芽菜)	糙米飯、香菇肉燥(香菇、絞肉)、高麗菜、白蘿蔔排骨湯	蘋果	紅豆紫米湯	○	○	○	○	○	○
9/27	三	芋頭包、牛奶	小米飯、糖醋肉(肉片、紅蘿蔔、洋蔥)、空心菜、鮮魚湯(鯛魚片、味噌)	蘋果	檸檬愛玉	○	○	○	○	○	○
9/28	四	葡萄吐司、豆漿	鯖魚蛋炒飯(白米、鯖魚、雞蛋、高麗菜)、玉米雞肉湯(玉米、雞肉)	西瓜	玉米濃湯(玉米粒、火腿、蛋)	○	○	○	○	○	○
9/29	五	中秋節放假一天									
10/2	一	翡翠粥、海苔肉鬆	白菜燴冬粉(冬粉、冬白菜、木耳、紅蘿蔔、肉絲、扁魚、芹菜)	西瓜	地瓜湯	○	○	○	○	○	○
10/3	二	牛奶吐司、豆漿	糙米飯、五香滷肉(肉丁、豆干)、高麗菜、虱目魚皮湯(魚皮、薑絲、薑)	蘋果	日式關東煮(黑輪、甜不辣、木耳、高麗菜、蛋餃)	○	○	○	○	○	○
10/4	三	絲瓜麵線	洋蔥蛋炒飯(玉米、肉絲、紅蘿蔔、蛋、青豆、洋蔥)、冬瓜蛤蜊湯	蘋果	清涼仙草蜜	○	○	○	○	○	○
10/5	四	美濃板條(板條、豆芽菜、肉末)	紫米飯、台式打拋豬(絞肉、韭菜花、豆豉)、高麗菜、蓮子雞湯(蓮子、雞肉)	芭樂	蔬菜冬粉(蛋、小白菜、肉絲)	○	○	○	○	○	○
10/6	五	黑糖饅頭、牛奶	皮蛋瘦肉粥(白飯、肉絲、皮蛋、雞蛋、杏鮑菇、青蔥)	芭樂	養生薏仁湯	○	○	○	○	○	○

※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！