

臺南市私立資優生幼兒園 113學年度 8月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐			下午點心	根莖類	肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	主餐	水果					
8/1	四	蔬菜粥(莧菜、肉絲)	紫米	菇菇養生飯(雞肉絲、杏鮑菇、香菇、金針菇、紅蘿蔔)小白菜蛋花湯	西瓜	芋頭西米露	○	○	○	○
8/2	五	鍋燒意麵	白飯	海鮮湯飯(小卷、魚板、肉絲、海帶苗、小白菜)	西瓜	關東煮(白蘿蔔、黑輪、米血)	○	○	○	○
8/5	一	玉米粥	白飯	浮水魚羹(魚燥、筍絲、黑木耳、紅蘿蔔、蛋)、海帶味噌湯	蘋果	八寶粥(五穀米、紅豆、綠豆)	○	○	○	○
8/6	二	時蔬湯麵(豆芽菜、肉絲)	糙米	洋蔥燴肉絲(洋蔥、肉絲、紅蘿蔔絲)炒宏蘿蔔雞蛋、蛤礪湯	蘋果	愛玉凍	○	○	○	○
8/7	三	芙蓉湯餃(蛋)	小米飯	肉燥滷豆腐(紅蘿蔔、絞肉、豆腐)炒絲瓜、紫菜蛋花湯	蘋果	黑糖山粉圓	○	○	○	○
8/8	四	黑糖饅頭、豆漿	白飯	夏威夷炒飯(鳳梨、火腿、肉絲、玉米、青豆仁)、香菇竹筍湯	蘋果	銀耳甜湯	○	○	○	○
8/9	五	紅豆土司、牛奶	地瓜飯	親子丼(肉絲、高麗菜、金針菇、香菇、蛋)涼拌海帶絲(干絲、海帶絲)山藥排骨湯	蘋果	紅豆薏仁湯	○	○	○	○
8/12	一	叻仔魚翡翠粥(叻仔魚、翡翠)	白飯	螞蟻上樹(絞肉、高麗菜、香菇、冬粉)炒油菜、海帶蘿蔔湯	芭樂	小米粥	○	○	○	○
8/13	二	雞蛋麵線(蛋)	白飯	咖哩雞肉飯(雞丁、紅蘿蔔、馬鈴薯、玉米、青豆仁)紫菜魚丸湯	芭樂	小餐包、麥茶	○	○	○	○
8/14	三	雞蛋饅頭、豆漿	胚芽飯	海帶燒肉飯(肉丁、海帶、豆皮、白蘿蔔)紅蘿蔔炒蛋、綜合菇菇湯(香菇、金針菇)	芭樂	綠豆地瓜湯	○	○	○	○
8/15	四	蘿蔔粥(紅白蘿蔔、肉絲)	紫米	豆輪滷肉(肉丁、豆輪、紅蘿蔔)空心菜、牛蒡肉絲湯	芭樂	蔬菜米粉湯	○	○	○	○
8/16	五	鮮奶吐司、牛奶	關廟麵	榨菜肉絲湯麵(榨菜、肉絲、小白菜)	芭樂	紫米粥	○	○	○	○
8/19	一	地瓜粥、海苔肉鬆	白飯	白菜滷(冬白菜、香菇、豆皮、紅蘿蔔、黑木耳)炒青江菜、蕃茄豆腐湯	蘋果	冬粉湯(肉絲、清江菜)	○	○	○	○
8/20	二	海鮮麵(魚柳、蟹肉棒、小白菜)	小米飯	豆干滷肉(豆干、肉丁、紅蘿蔔)尼龍菜、冬瓜蛤蜊湯	蘋果	紅豆湯	○	○	○	○
8/21	三	奶皇包、豆漿	糙米飯	雞絲燴飯(雞絲、香菇、黑木耳、紅蘿蔔絲)冬白菜、玉米蛋花湯	蘋果	黑糖粉圓	○	○	○	○
8/22	四	蘿蔔糕湯(青江菜)	紫米飯	馬鈴薯燻肉(雞丁、馬鈴薯、紅蘿蔔)大黃瓜炒甜不辣、薑絲蚵仔湯	蘋果	仙草蜜	○	○	○	○
8/23	五	葡萄吐司、牛奶	關廟麵	什錦炒麵(高麗菜、肉絲、香菇、紅蘿蔔、黑木耳)、金針蛋花湯	蘋果	綠豆薏仁	○	○	○	○
8/26	一	米粉湯(青江菜、蛋)	白飯	廣東粥(皮蛋、肉絲、莧菜、鹹蛋)	西瓜	玉米濃湯	○	○	○	○
8/27	二	雞絲麵(蛋、小白菜)	小米飯	香菇滷肉(肉丁、香菇、杏鮑菇、紅蘿蔔)尼龍菜、榨菜肉絲湯	西瓜	南瓜甜粥	○	○	○	○
8/28	三	芝麻饅頭、豆漿	米粉	芋頭米粉湯(肉絲、芋頭、高麗菜、香菇)	西瓜	冬瓜西米露	○	○	○	○
8/29	四	海帶苗粥(紅蘿蔔)	地瓜飯	南瓜滷肉(肉丁、南瓜、香菇)炒青江菜、蘿蔔貢丸湯	西瓜	紅豆薏仁	○	○	○	○
8/30	五	草莓吐司、牛奶	鍋燒意麵	鍋燒意麵(肉絲、魚板、蛋、小白菜)	西瓜	小米粥	○	○	○	○

※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！