

臺南市私立資優生幼兒園 114 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	五	叻仔魚粥（叻仔魚、青江菜）	意麵	鍋燒意麵(肉絲、魚板、貢丸、蟹味棒、小白菜、黑輪、蛤蜊)	柳丁	玉米濃湯 （玉米、紅蘿蔔、馬鈴薯）	○	○	○	○
8/4	一	玉米菇菇粥（玉米、香菇）	白飯	五香肉燥飯、蒜炒高麗菜、貢丸湯（絞肉、乾香菇、高麗菜、貢丸）	蘋果	黑糖山粉圓	○	○	○	○
8/5	二	黑糖銀絲卷、牛奶	蒸煮麵	古早味香菇鮮蔬赤肉羹麵（蒸煮麵、肉羹、香菇、蝦米、紅蘿蔔、白蘿蔔、黑木耳、筍絲、高麗菜、香菜、九層塔）	芭樂	紅豆紫米湯	○	○	○	○
8/6	三	蔬菜餛飩湯（餛飩、小白菜）	白飯	日式壽喜燒肉、炒油菜、味噌豆腐湯（肉絲、黑輪、洋蔥、高麗菜、鴻禧菇、油菜、豆腐、小魚乾、柴魚）	芭樂	地瓜芋頭湯	○	○	○	○
8/7	四	花生吐司、豆漿	紫米飯	玉米燴肉末、蒜香小白菜、芹菜蘿蔔排骨湯（玉米、絞肉、豆乾、洋蔥、小白菜、芹菜、蘿蔔、排骨）	蘋果	南瓜濃湯 （馬鈴薯、紅蘿蔔、南瓜）	○	○	○	○
8/8	五	蘿蔔糕湯（蘿蔔糕、豆芽菜）	白飯	三色咖哩蛋炒飯、羅宋湯（三色豆、絞肉、洋蔥、蛋、梅花肉、蕃茄、芹菜）	芭樂	米苔目甜湯	○	○	○	○
8/11	一	絲瓜麵線（絲瓜、雞蛋）	白飯	白醬培根燉飯、南瓜蔬菜湯（培根、洋蔥、玉米筍、紅蘿蔔、南瓜、高麗菜）	柳丁	愛玉甜湯	○	○	○	○
8/12	二	芋泥包、牛奶	糙米飯	洋蔥雞肉燒、清炒尼龍菜、雕魚湯（雞肉、洋蔥、南瓜、尼龍菜、味噌、雕魚）	芭樂	黑糖粉圓	○	○	○	○
8/13	三	滑蛋香菇肉絲粥 （蛋、香菇、肉絲）	白飯	日式咖哩豬、味噌豆腐湯（梅花肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、櫛瓜、蘋果、洋蔥、豆腐、小魚乾、蔥）	柳丁	鳳梨紫蘇甜湯	○	○	○	○
8/14	四	紅蘿蔔吐司、豆漿	蒸煮麵	美味鮮蔬肉絲擔擔湯麵（蒸煮麵、豬肉絲、高麗菜、洋蔥、紅蘿蔔、豆芽菜、木耳、乾香菇）	蘋果	翡翠白玉粥 （翡翠、豆腐、玉米）	○	○	○	○
8/15	五	高麗菜瘦肉粥 （高麗菜、肉絲、蛋）	白飯	親子雞肉丼、西瓜棉魚湯（雞肉、秀珍菇、紅蘿蔔、洋蔥、高麗菜、蛋、起司絲、魚柳、西瓜綿）	蘋果	綠豆湯	○	○	○	○
8/18	一	鮮蔬雞絲麵 （青江菜、雞絲麵、魚板）	白飯	京醬燒肉絲、鮮味高麗菜、紫菜蛋花湯（肉絲、洋蔥、豆乾、紅蘿蔔、高麗菜、紫菜、蛋）	芭樂	芋頭西米露	○	○	○	○
8/19	二	鮮奶饅頭、牛奶	螺旋麵	義式蕃茄肉醬螺旋麵、玉米蛋花湯（絞肉、蕃茄、洋蔥、蘑菇、紅蘿蔔、玉米、蛋）	柳丁	養生八寶粥	○	○	○	○
8/20	三	台式鹹粥 （叻仔魚、青江菜、蛋）	糙米飯	古早味肉燥、炒三絲、冬瓜排骨湯（絞肉、豆乾、木耳、紅蘿蔔、豆薯、冬瓜、排骨）	蘋果	南瓜甜湯	○	○	○	○
8/21	四	芋頭吐司、豆漿	白飯	彩椒梅子雞、蜜汁炒豆乾丁、蕃茄蛋花湯（雞肉、彩椒、梅子、豆乾、蕃茄、蛋）	芭樂	紅豆湯圓（紅豆、小湯圓）	○	○	○	○
8/22	五	麻香雞絲麵（青江菜、雞蛋）	白飯	台式玉米雞肉蛋炒飯、櫛瓜排骨湯（玉米、雞肉、蛋、櫛瓜、排骨）	蘋果	仙草蜜	○	○	○	○
8/25	一	菇菇蔬菜粥（菇菇、高麗菜、雞蛋）	白飯	蘑菇飯、蒜頭香菇雞湯（蘑菇、絞肉、洋蔥、玉米筍、紅蘿蔔、青豆仁、香菇、雞肉）	火龍果	關東煮（甜不辣、小貢丸、米血、竹輪、白蘿蔔）	○	○	○	○
8/26	二	雞蛋饅頭、牛奶	糙米飯	蒜香燒肉絲、清炒尼龍菜、蔬菜魚丸湯（肉絲、香菇、紅蘿蔔、洋蔥、尼龍菜、小白菜、魚丸）	芭樂	蔬菜肉羹粥（高麗菜、肉羹）	○	○	○	○
8/27	三	雞肉玉米粥（雞肉、玉米）	白飯	馬鈴薯燉肉角、紅蘿蔔炒蛋、蛤蜊蒜頭雞湯（梅花肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、豆乾、蛤蜊、雞肉）	蘋果	玉米濃湯（玉米、紅蘿蔔、馬鈴薯丁、雞蛋）	○	○	○	○
8/28	四	葡萄乾吐司、豆漿	五穀飯	茄汁豆包燒肉、炒油菜、榨菜肉絲湯（絞肉、蕃茄、洋蔥、豆包、油菜、榨菜、肉絲）	鳳梨	薏仁湯	○	○	○	○
8/29	五	蔬菜麵（小白菜、鮮菇、紅蘿蔔）	白飯	泰皇咖哩雞飯、海鮮湯（雞肉、彩椒、蘑菇、洋蔥、九層塔、鯛魚、高麗菜、芹菜、紅蘿蔔）	蘋果	冬瓜山粉圓	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬、雞肉，請安心使用。

※水果依時令，季節有時會更換，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！