

育仁幼兒園 112 學年度第 1 學期 9 月份餐點表

日期		活力早點	營養午餐	精力下午點心
9/1	(五)	葡萄吐司、決明子 (決明子.枸杞)	什錦海鮮粥(竹筍絲.魚肉.魚丸.花枝蝦蚧. 肉絲)、水果-柳橙	蝦仁玉米粥(蝦 仁..玉米粒.白米)
9/4	(一)	鍋貼、紫菜湯(絞 肉.蔥花.高麗菜.紫 菜)	古早味油飯(青豆仁.魷魚.肉絲..香菇.花 生)、蘿蔔玉米湯、水果-蘋果	黑白珍珠(黑白珍 珠.糖水)
9/5	(二)	南瓜雜糧小饅頭、 養生茶(綠豆.仙草 片)	紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔.雞蛋)、酥炸豬排、蔬 菜-空心菜、當歸鴨肉湯(當歸包.鴨肉)、 水果-蘋果	關東煮(大黃瓜、 米血.黑輪.豆腐)
9/6	(三)	黃瓜魚丸湯(大黃 瓜.魚丸.蝦丸.)	薑片雞丁(薑片.雞丁)、杏包菇花枝丸、蔬 菜-杏菜、番茄豆腐蛋湯(番茄.豆腐.雞蛋)	紅豆薏仁(紅豆.小 薏仁)
9/7	(四)	甜甜圈、麥茶(麵 粉.油.糖.大麥)	什錦海鮮意麵(木耳.花枝.蝦仁.肉絲.高麗 菜)、海帶蘿蔔大骨湯、水果-柳丁	皮蛋瘦肉粥(鹹蛋. 皮蛋.豬肉)
9/8	(五)	原味豆花(黃豆.吉 利丁.水)	花生麵筋絞肉(麵筋.花生.絞肉)、玉米燴 豆腐(玉米.碗豆仁.豆腐)、時蔬-青江菜 、海鮮湯(蝦仁.花枝.蚧.筍絲)、水果-柳 丁	土魷魚羹麵(魚塊. 山東白菜.麵)
9/11	(一)	擔仔麵(肉燥.油麵. 豆芽菜)	絞肉麵筋(絞肉.麵筋)、韭菜甜片(韭菜.甜 不辣.紅蘿蔔絲)、時蔬-高麗菜、鹹菜鴨湯 (鹹菜.鴨肉)、水果-蘋果	蝦皮南瓜粥(南瓜. 蝦皮.絞肉)
9/12	(二)	奶皇包、桂圓紅棗 茶(麵粉.奶油桂圓. 紅棗)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍. 青豆仁.雞丁)、季節水果-柳丁	綜合甜湯(黑白粉 圓.粉條粉角)
9/13	(三)	蟹黃燒賣、紫菜湯 (蟹黃.豬肉.糯米. 紫菜)	香菇魯蘿蔔(乾香菇.白蘿蔔.醬油)、番茄 炒蛋(番茄.雞蛋)、時蔬-大陸妹、冬瓜排 骨(冬瓜.排骨)、水果-蘋果	豬肉水餃(豬絞 肉.高麗菜)
9/14	(四)	牛奶五彩球(白牛 奶.玉米球)	絞肉黃金魚蛋(絞肉.魚蛋)、黃瓜花枝(小 黃瓜.花枝.紅蘿蔔絲)、時蔬-四季豆、豆 薯蛋花湯(雞蛋.豆薯)、水果-蘋果	豆芽鹹標湯(豆芽 菜.韭菜.鹹標)
9/15	(五)	麻油雞肉麵線(豬雞 肉.麻油.麵線)	什錦豬肝炒麵(木耳.肉絲.玉米筍.高麗菜. 紅蘿蔔絲)、皮丸湯(魚肉.魚皮.魚丸)、水 果-蘋果	黃瓜金雕捲(大黃 瓜.魚漿.豬肉.洋 蔥.蛋白)
9/18	(一)	白菜雲吞(小白菜. 餛飩皮.豬絞肉)	高麗菜豬肉燴飯(花枝.蝦仁.蚧.肉絲.高麗 菜.金針菇.烏蛋)、水果-柳丁	黑糖珍珠(黑珍珠. 黑糖)
9/19	(二)	杯子蛋糕、香茅冬 瓜茶(香茅.冬瓜露)	醬燒豆皮(溼豆皮.醬油)、彩椒雞丁(雞丁. 紅.黃椒.小黃瓜)、時蔬-青江菜、山藥排 骨湯(山藥.紅棗.枸杞.排骨)、水果-蘋果	高麗菜鮪魚粥(鮪 魚罐.高麗菜.米)
9/20	(三)	營養豆花(黃豆.吉 利丁粉)	肉燥滷蛋(絞肉.雞蛋)、蒜香海帶芽(海帶 芽.紅蘿蔔絲)、時蔬-空心菜、冬瓜蛤蠣湯 (冬瓜.蛤蠣)、水果-蘋果	綠豆粉角(粉角.綠 豆)
9/21	(四)	小肉包、味噌湯(豬 肉.高麗菜.青蔥.麵 粉.味噌.豆腐)	毛豆雞丁炒飯(雞胸肉.毛豆.紅蘿蔔丁.洋 蔥丁)、竹筍排骨湯(竹筍排骨)水果-番茄	素當歸鴨(當歸包 藥材.素鴨)
9/22	(五)	珍珠丸(糯米.豬肉. 魚漿)、蔬菜湯(綜 合蔬菜包)	香菇瓜子肉(香菇末.花瓜.絞肉)蝦仁玉米 (蝦仁.玉米粒.三色豆)、時蔬-四季豆、香 菇肉絲湯(香菇.肉絲)、水果-香蕉	克林姆林姆麵包、 麥茶(克林姆.麵 粉.大麥)
9/23	(六)	薯餅、紫菜湯(薯 餅.紫菜)	燒肉粽(糯米.花生.豬肉.鹹蛋)、雞骨綜合 菇湯(雞骨架.香菇.秀珍菇.金針菇.雪白 姑)、水果-西瓜	小白菜雞絲麵(雞 絲麵.花捲.小白 菜)
9/25	(一)	菠菜小魚粥(菠菜. 吻仔魚.肉末)	麻油雞炒飯(麻油.薑片.雞肉.鴻禧菇.鮮香 菇)、黃瓜魚餃湯(白蘿蔔.玉米.排骨)、水 果-蘋果	魷魚羹(魷魚.肉 羹.木耳.山東白 菜.筍絲)
9/26	(二)	南瓜饅頭、決明子 茶(決明子.菊 花)(麵粉.南瓜)	紅白蘿蔔滷肉(紅.白蘿蔔.五花肉)、流沙 豆腐、鹹鴨蛋.豆腐.青蔥、時蔬-菠菜、番 茄蛋花湯(番茄.蛋液.青蔥)	紅豆麥片(紅豆.麥 片)
9/27	(三)	山藥球麥茶 (山藥.麵粉.麥子)	絞肉菱角(菱角.絞肉.油蔥酥)、香酥豬排 (豬肉排.酥炸粉)、時蔬-高麗菜、腐皮金 菇湯、水果-番茄	鴨肉麵線(鴨肉.當 歸.麵線)
9/28	(四)	牛奶穀片(牛奶.玉 米片)	三色蛋(鹹蛋.皮蛋.雞蛋)木耳榨菜肉絲 (木耳.榨菜絲.豬肉絲)、時蔬-小白菜、味 噌鮮魚湯(鮮魚.味噌.豆腐)、水果-香蕉	八寶芋圓(紅.綠. 花豆.芋圓)

1. 本餐點食譜內容將視幼兒口味, 天氣冷熱隨機調整 2. 餐點及午餐之菜色隨季節幼稚園有更換及變動之權力 3. 幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者, 請事先通知本園或告知班導師 4. 本園一律使用國產豬食材