

臺南市港尾國民小學附設幼兒園111學年度第1學期8月9月份餐點表

日期	星期	上午點心 (食材)	午 餐	水果/ 乳品	下午點心 (食材)	全 穀 根 莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	蔬 菜 類	水 果 類
8/30	二	總匯三明治、豆漿 (食材：吐司、雞蛋、 豬肉、黃豆)	白飯、薑汁燒肉、番 茄炒蛋、蒜炒空心菜 味噌湯	木瓜	湯包、魚丸湯 (食材：麵粉、絞肉、高 麗菜、魚丸、芹菜)	V	V	V	V
8/31	三	鍋燒意麵 (食材：肉絲、白菜、 雞蛋、香菇、紅蘿蔔、 意麵)	油麵、炒麵料、肉鬆 麵包、香菇青江菜、 酸辣湯	乳品 蘋果	小銀絲卷、菊花蜜茶 (食材：小銀絲卷、菊花)	V	V	V	V
9/01	四	小肉包、豆漿 (食材：麵粉、絞肉、 蔥、豆漿)	白飯、豆醬魚丁、醬 燒豆腐、有機蔬菜、 莧菜魚干	西瓜	北歐麵包、決明子茶 (食材：雞蛋、麵粉、決 明子)	V	V	V	V
9/02	五	生日蛋糕 (食材：麵粉、奶油、 牛奶、奇異果、櫻桃、 蘋果)	糙米飯、筍干控肉、 海結豆干丁、油菜悶 木耳、冬瓜排骨湯		蟹黃燒賣、麥茶 (食材：豬肉、洋蔥、麵 皮、炒麥芽)	V	V	V	V
9/05	一	蜂蜜蛋糕、豆漿 (食材：雞蛋、麵粉、 黃豆)	白飯、醬爆雞丁、菜 豆炒肉絲、韭菜豆芽 海芽豆腐湯	火龍果	地瓜拉餅、米漿 (食材：地瓜、餅皮、糙 米)	V	V	V	V
9/06	二	雞肉義大利麵 (食材：雞肉、玉米、 油菜、義大利麵)	糙米飯、白菜獅子頭 螞蟥上樹、有機蔬菜 嫩仙草	木瓜	粉圓豆花 (食材：粉圓、黃豆)	V	V	V	V
9/07	三	豆菜麵、蘿蔔肉片湯 (食材：豆菜麵、白 菜、豬肉、蘿蔔)	廣東粥、廣東粥料、 肉包、乾煸四季豆	乳品 蘋果	鮭魚蛋土司、牛奶 (食材：鮭魚、蛋、吐 司、牛奶)	V	V	V	V
9/08	四	味噌雕魚粥 (食材：海帶芽、玉 米、豆腐、魚肉、高麗 菜、白米)	白飯、沙茶凍豆腐、 韓式炒年糕、有機蔬 菜 小捲米粉湯	西瓜	水煎包、枸杞養生茶 (食材：豬肉、蔥、麵 皮、枸杞、紅棗)	V	V	V	V
9/09	五	中秋放假							
9/12	一	玉米蛋餅、豆漿 (食材：玉米、雞蛋、 餅皮、小麥、黃豆)	燕麥飯、馬鈴薯燉肉 玉米炒蛋、田園白菜 番茄蛋花湯	火龍果	奶油車輪餅、決明子茶 (食材：奶油、麵粉、雞 蛋、決明子)	V	V	V	V
9/13	二	三杯雞丁麵 (食材：雞肉、蒜、 薑、白菜、油麵、九層 塔)	白飯、紅燒雞丁、塔 香豆皮、有機蔬菜、 黃瓜排骨湯	木瓜	起司饅頭、米漿 (食材：起司、麵粉、花 生粉、糙米)	V	V	V	V
9/14	三	竹筍肉絲粥 (食材：竹筍、肉絲、 芹菜、香菇、高麗菜、 白米)	烏龍麵、鍋燒烏龍湯 料、燒賣、清炒袖珍 菇	乳品 蘋果	玉米蛋小漢堡/麥茶 (食材：玉米、雞蛋、麵 粉、炒麥芽)	V	V	V	V
9/15	四	碗粿+紫菜蛋花湯 (食材：在來米粉、豬 肉、香菇、紫菜、雞 蛋)	地瓜飯、蒜頭雞、蔥 蛋、有機蔬菜、萵菇 湯	西瓜	乳酪絲麵包、豆漿 (食材：麵粉、乳酪絲、 牛奶、黃豆)	V	V	V	V
9/16	五	綜合滷味意麵 (食材：烏蛋、豆干、 高麗菜、意麵、蔥)	白飯、蒲燒鯛魚、番 茄腐皮、黃瓜花片、 浮水魚羹湯	香蕉	薯餅蛋餅、枸杞養生茶 (食材：馬鈴薯、蛋、餅 皮、枸杞、紅棗)	V	V	V	V
9/19	一	蘿蔔糕、豆漿 (食材：在來米、蘿	白飯、親子丼、薑絲 麵腸、玉米筍炒扁豆	火龍果	焗烤蔬菜厚片/決明子茶 (食材：吐司、乳酪絲、	V	V	V	V

日期	星期	上午點心 (食材)	午 餐	水果/ 乳品	下午點心 (食材)	全 穀 根 莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	蔬 菜 類	水 果 類
		蔔、油蔥酥、肉燥、黃豆)	關東煮湯		花椰菜、洋蔥、決明子				
9/20	二	白醬義大利麵 (食材：義大利麵、奶油、洋蔥、雞肉)	糙米飯、打拋豬、滷蛋、有機蔬菜、銀耳枸杞湯	木瓜	泡芙、菊花蜜茶 (食材：奶油、麵粉、牛奶、菊花)	V	V	V	V
9/21	三	什錦蔬菜粥 (食材：紅蘿蔔、白菜、香菇、雞蛋、白米)	筆管麵、義大利麵醬、牛奶球麵包、雙色椰菜、羅宋湯	乳品 蘋果	法國吐司、牛奶 (食材：雞蛋、吐司、肉鬆、牛奶)	V	V	V	V
9/22	四	水餃+冬瓜湯 (食材：絞肉、高麗菜、水餃皮、冬瓜、豬肉)	薏仁飯、滑蛋魚片、芹菜豆乾、有機蔬菜蛤蜊絲瓜湯	西瓜	仙草奶凍 (食材：仙草凍、牛奶)	V	V	V	V
9/23	五	麻油蛋麵線 (食材：麵線、雞蛋、枸杞)	白飯、回鍋肉片、紅蘿蔔炒蛋、砂鍋白菜紫菜蛋花湯	香蕉	小漢堡加蛋/米漿 (食材：漢堡、雞蛋、糙米)	V	V	V	V
9/26	一	芝麻包+米漿 (食材：芝麻、麵粉、牛奶、糙米)	五穀米飯、麻婆豆腐、椒鹽毛豆莢、蝦仁高麗菜、扁食湯	火龍果	蔥抓餅、米漿 (食材：蔥、餅皮、雞蛋、糙米)	V	V	V	V
9/27	二	什錦炒麵 (食材：高麗菜、肉絲、紅蘿蔔、韭菜、油麵)	糙米飯、咖哩豬肉、玉筍木耳、有機蔬菜蘿蔔貢丸湯	木瓜	一口餃、決明子茶 (食材：豬肉、蔥、餅皮、決明子)	V	V	V	V
9/28	三	土魷魚羹麵 (食材：土魷魚、大白菜、雞蛋、黑木耳、油麵)	白飯、柚子雞、小黃瓜炒蛋、干絲海帶、青菜豆腐湯	蘋果	壽司、枸杞養生茶 (食材：小黃瓜、肉鬆、蟹肉、雞蛋、海苔、白米、枸杞、紅棗)	V	V	V	V
9/29	四	絲瓜蛤蠣粥 (食材：絲瓜、蛤蠣、肉絲、紅蘿蔔、白米)	白飯、醬燒花干、南瓜粉絲煲、有機蔬菜黃瓜魚丸湯	西瓜	關東煮 (食材：黑輪、高麗菜、魚丸、甜不辣)	V	V	V	V
9/30	五	肉鬆玉米三明治+豆漿 (食材：吐司、玉米、肉鬆、雞蛋、黃豆)	米粉、炒麵料、牙齒肉圓、金針絲瓜、筍片雞湯	乳品 香蕉	紅豆豆花 (食材：黃豆、紅豆)	V	V	V	V

本園一律使用國產豬肉、國產牛肉食材