

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
8/30	三	蘿蔔糕+燕麥奶	什錦炒麵			有機青菜	蓮藕肉絲湯	水果	水果	✓	✓	✓	✓
8/31	四	木耳炒粉絲	薏仁米飯	黃瓜貢丸	客家小炒	有機青菜	絲瓜蛤蜊湯	水果	麥片鮮奶	✓	✓	✓	✓
9/1	五	香菇雞茸粥	紅藜米飯	洋蔥肉絲	小黃瓜炒蛋	有機青菜	蘿蔔玉米湯	水果	椰香西米露	✓	✓	✓	✓
9/4	一	麵包+優酪乳	小米飯	紅蘿蔔燉肉	雙色花椰菜	有機青菜	銀芽小魚湯	水果	塔香雞絲河粉湯	✓	✓	✓	✓
9/5	二	香菇麵線羹	燕麥米飯	秋葵炒雞柳	木耳炒甜豆	有機青菜	番茄豆腐湯	水果	紅豆豆花	✓	✓	✓	✓
9/6	三	饅頭夾蛋+豆漿	黃金肉絲炒飯			有機青菜	酸菜肉片湯	水果	麵包	✓	✓	✓	✓
9/7	四	菠菜豬肉粥	麥片米飯	檸檬魚柳	番茄炒蛋	有機青菜	鮮菇湯	水果	番茄玉米排骨湯	✓	✓	✓	✓
9/8	五	大滷麵	雜糧米飯	腰果雞丁	綜合滷味	有機青菜	黃瓜魚丸湯	水果	脆片優格	✓	✓	✓	✓
9/11	一	麵包+黑豆漿	紫米飯	黃瓜雞絲	芹菜豆絲	有機青菜	香菇肉羹湯	水果	大菜包	✓	✓	✓	✓
9/12	二	番茄雞蛋麵疙瘩	糙米飯	花枝丸	洋蔥炒肉絲	有機青菜	枸杞雞湯	水果	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
9/13	三	皮蛋瘦肉粥	水餃			有機青菜	酸辣湯	水果	水果	✓	✓	✓	✓
9/14	四	燒賣+鮮奶	麥片米飯	清蒸鱈魚	培根高麗菜	有機青菜	冬瓜排骨湯	水果	玉米滑蛋燕麥粥	✓	✓	✓	✓
9/15	五	陽春麵	雜糧米飯	鵪鶉蛋滷肉燥	蝦仁四季豆	有機青菜	海帶豆腐湯	水果	水煮玉米	✓	✓	✓	✓
9/18	一	麵包+麥茶	胚芽米飯	花生吻仔魚	塔香海茸	有機青菜	紫菜蛋花湯	水果	仙草牛奶	✓	✓	✓	✓
9/19	二	蘑菇鐵板麵	蕎麥米飯	宮保雞丁	紅燒豆腐	有機青菜	山藥肉片湯	水果	茶葉蛋	✓	✓	✓	✓
9/20	三	蛋餅+米漿	日式咖哩飯			有機青菜	鮮魚味噌湯	水果	麵包			✓	✓
9/21	四	玉米蔬菜粥	薏仁米飯	芋頭肉燥	香菇蒸蛋	有機青菜	苦瓜雞湯	水果	香滷豆干	✓	✓	✓	✓
9/22	五	南瓜炒炊粉	紅藜米飯	油蔥雞	青椒炒肉絲	有機青菜	香菇貢丸湯	水果	珍珠檸檬冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
9/23	六	大肉包+麥茶	雜糧米飯	竹筍炒肉絲	彩椒雞丁	有機青菜	什錦蔬菜湯	水果	水煮毛豆	✓	✓	✓	✓
9/25	一	麵包+燕麥奶	小米飯	油豆腐燒肉	番茄素腰花	有機青菜	薑絲蛤蜊湯	水果	古早味肉燥麵	✓	✓	✓	✓
9/26	二	絲瓜粥	燕麥米飯	豆瓣鱈魚	洋芋炒三色	有機青菜	榨菜肉絲湯	水果	巧達濃湯	✓	✓	✓	✓
9/27	三	關東煮	豬腳麵線			有機青菜	脆瓜雞湯	水果	麵包	✓	✓	✓	✓
9/28	四	京醬肉絲拌麵	麥片米飯	豬排	玉米筍炒菇	有機青菜	竹筍排骨湯	水果	豬肉餡餅	✓	✓	✓	✓

*本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，純美農產有限公司採買，並未使用輻射污染食品。

承辦人：朱鳳婷

廚工：朱真儀

園主任：

幼兒園
教師兼主任 陳亞昕

校長：

校長周麗櫻