

新北市興仁國小附設幼兒園111學年度第一學期8月、9月份菜單

日期	星期	早點	午 餐					午點	餐點類別檢核表				
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		水果	全穀類	豆魚類	蔬菜類	水果類
8/30	二	全麥吐司+米漿		壽司		有機蔬菜	蕃茄蛋花湯	時令水果	雞蛋布丁	√	√	√	√
8/31	三	玉米脆片+鮮奶		素麵線		有機蔬菜		時令水果	蘇打餅乾+決明子茶	√	√	√	√
9/1	四	餐包+決明子茶		水餃		有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	豆花	√	√	√	√
9/2	五	虎皮蛋糕+豆漿		雞肉咖哩飯		有機蔬菜	貢丸湯	時令水果	芝麻包+豆奶	√	√	√	√
9/5	一	三明治+鮮奶		什錦炒麵		有機蔬菜	玉米蛋花湯	時令水果	地瓜湯	√	√	√	√
9/6	二	湯餃	白米飯	醬滷小雞腿	客家小炒	有機蔬菜	肉羹湯	時令水果	葡萄吐司+麥茶	√	√	√	√
9/7	三	紅豆麵包+米漿	胚芽飯	三杯杏鮑菇	蒸蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	什錦雞蛋麵	√	√	√	√
9/8	四	蛋餅+桂圓紅棗茶		鍋貼		有機蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	月餅+麥茶	√	√	√	√
9/9	五		中秋連假										
9/12	一	菠蘿麵包+鮮奶	胚芽飯	瓜仔肉	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	味噌豆腐魚片湯	時令水果	檸檬愛玉	√	√	√	√
9/13	二	滑蛋瘦肉粥	地瓜飯	糖醋魚片	玉米粒蒸蛋	有機蔬菜	魚丸湯	時令水果	紫米粥	√	√	√	√
9/14	三	雞蛋麵	地瓜飯	醬炒杏鮑菇	茄汁豆皮	有機蔬菜	蕃茄蔬菜湯	時令水果	地瓜湯	√	√	√	√
9/15	四	湯餃	胚芽飯	筍絲肉片	糖醋甜不辣	有機蔬菜	鮮菇湯	時令水果	生日蛋糕	√	√	√	√
9/16	五	菜包+豆漿		肉醬義大利麵		有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	香蔥麵包+決明子茶	√	√	√	√
9/19	一	蛋餅+桂圓紅棗茶	紫米飯	小黃瓜炒麵腸	肉末炒玉米	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	乳酪蛋糕+麥茶	√	√	√	√
9/20	二	鍋燒意麵	白米飯	什錦滷味	乾煎天婦羅	有機蔬菜	貢丸湯	時令水果	綠豆湯	√	√	√	√
9/21	三	玉米脆片+鮮奶	地瓜飯	炒豆干	番茄炒蛋	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	小兔包+豆奶	√	√	√	√
9/22	四	全麥吐司+米漿	白米飯	土魷魚丁	螞蟻上樹	有機蔬菜	羅宋湯	時令水果	綜合QQ湯圓	√	√	√	√
9/23	五	蒸蘿蔔糕	胚芽飯	蔥爆豬柳	叻仔魚炒蛋	有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	銀絲卷+米漿	√	√	√	√
9/26	一	漢堡+豆漿		水餃		有機蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	紅豆湯圓	√	√	√	√
9/27	二	台式鹹粥	紫米飯	蔥燒豬里肌	紅燒豆腐	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	蔥油餅+麥茶	√	√	√	√
9/28	三	餐包+米漿		素炒麵		有機蔬菜	豆腐羹	時令水果	水煮蛋	√	√	√	√
9/29	四	克里姆麵包+鮮奶	白米飯	蘿蔔蔥燒雞腿	玉米炒蛋	有機蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	關東煮	√	√	√	√
9/30	五	香菇麵線		什錦炒飯		有機蔬菜	南瓜濃湯	時令水果	奶皇包+麥茶	√	√	√	√

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者:陳老師

承辦人:

教保員陳慧文

園主任:

教師張映儀
幼兒園主任

校長:

校長楊順宇