

**臺北市立士林區百齡國小附設幼兒園 114 學年度 9 月餐點表**

| 日期   | 星期 | 上午點心          | 午餐       |           |           |            |           |     | 下午點心         |
|------|----|---------------|----------|-----------|-----------|------------|-----------|-----|--------------|
|      |    |               | 主 食      | 主 菜       | 副 菜 1     | 副 菜 2      | 湯 品       | 水 果 |              |
| 9/1  | 一  | 奶皇包+<br>黑豆奶   | 五穀飯      | 五香肉燥      | 玉米炒蛋      | 有機<br>時令蔬菜 | 金針湯       | 香蕉  | 餛飩湯          |
| 9/2  | 二  | 玉米瘦肉粥         | 燕麥飯      | 日式燒肉      | 茄汁<br>甜不辣 | 有機<br>時令蔬菜 | 山藥湯       | 香吉士 | 紅豆麥角湯        |
| 9/3  | 三  | 肉燥麵           | 洋蔥豬肉炒烏龍  |           |           | 有機<br>時令蔬菜 | 牛蒡湯       | 百香果 | 美式餐包+<br>鮮奶  |
| 9/4  | 四  | 什錦米粉湯         | 紫米飯      | 烤雞肉丸      | 竹筍炒肉絲     | 有機<br>時令蔬菜 | 薑絲<br>蛤蜊湯 | 木瓜  | 香菇瘦肉粥        |
| 9/5  | 五  | 生日蛋糕+<br>麥飲   | 雞肉絲糙米飯   |           | 滷白菜       |            | 羅宋湯       | 火龍果 | 水煮玉米         |
| 9/6  | 六  | 週休二日          |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/7  | 日  |               |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/8  | 一  | 黑糖饅頭+<br>鮮奶   | 五穀飯      | 樹子鯛魚      | 豆干炒肉絲     | 有機<br>時令蔬菜 | 蓮藕湯       | 香蕉  | 陽春麵          |
| 9/9  | 二  | 珍珠丸子+<br>決明子飲 | 燕麥飯      | 台式燉肉      | 蒜香海帶絲     | 有機<br>時令蔬菜 | 四神湯       | 芭樂  | 番茄豆腐湯        |
| 9/10 | 三  | 素麵線           | 咖哩豬肉糙米飯  |           |           | 有機時令<br>蔬菜 | 味噌<br>蛋花湯 | 百香果 | 綠豆小米粥        |
| 9/11 | 四  | 切仔麵           | 紫米飯      | 薑燒肉片      | 蔥香蛋       | 有機時令<br>蔬菜 | 香菇<br>排骨湯 | 木瓜  | 廣東粥          |
| 9/12 | 五  | 田園蔬菜粥         | 什錦炒麵     |           |           | 有機<br>時令蔬菜 | 牛蒡<br>排骨湯 | 火龍果 | 銅鑼燒+<br>豆漿   |
| 9/13 | 六  | 週休二日          |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/14 | 日  |               |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/15 | 一  | 乳酪起司捲+<br>鮮奶  | 糙米飯      | 三杯雞       | 番茄炒蛋      | 有機<br>時令蔬菜 | 黃瓜<br>排骨湯 | 香蕉  | 香菇燕麥粥        |
| 9/16 | 二  | 香椿麵+<br>紫菜湯   | 麥角飯      | 白蘿蔔<br>燉肉 | 芹香綜合菇     | 有機<br>時令蔬菜 | 玉米湯       | 香吉士 | 紅豆湯          |
| 9/17 | 三  | 麻油肉片<br>麵線    | 什錦豬肉五穀燉飯 |           |           | 有機<br>時令蔬菜 | 牛蒡湯       | 百香果 | 奶油餐包+<br>黑米漿 |
| 9/18 | 四  | 蘿蔔糕+<br>牛蒡飲   | 紫米飯      | 樹子鯛魚      | 毛豆豆干      | 有機<br>時令蔬菜 | 味噌湯       | 木瓜  | 番茄蛋花湯        |
| 9/19 | 五  | 陽春麵           | 白醬豬肉燕麥燉飯 |           |           | 有機<br>時令蔬菜 | 薑絲<br>蛤蜊湯 | 火龍果 | 水煮玉米         |
| 9/20 | 六  | 週休二日          |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/21 | 日  |               |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/22 | 一  | 豆沙包+<br>牛蒡飲   | 紫米飯      | 打拋豬肉      | 玉米炒蛋      | 有機<br>時令蔬菜 | 山藥湯       | 香蕉  | 擔仔麵          |
| 9/23 | 二  | 皮蛋瘦肉粥         | 燕麥飯      | 薑燒雞腿      | 螞蟻上樹      | 有機<br>時令蔬菜 | 香菇<br>竹筍湯 | 葡萄  | 餛飩湯          |
| 9/24 | 三  | 燒賣+麥飲         | 茄汁肉醬義大利麵 |           |           | 有機<br>時令蔬菜 | 冬瓜<br>排骨湯 | 百香果 | 綠豆西米露        |
| 9/25 | 四  | 什錦米粉湯         | 五穀飯      | 鐵板雞柳      | 什錦豆包      | 有機<br>時令蔬菜 | 酸菜<br>肉片湯 | 木瓜  | 香菇瘦肉粥        |
| 9/26 | 五  | 香椿麵+<br>蛋花湯   | 肉羹糙米飯    |           |           | 有機<br>時令蔬菜 |           | 火龍果 | 葡萄餐包+<br>豆米漿 |
| 9/27 | 六  | 孔子誕辰紀念日/教師節補假 |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/28 | 日  |               |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/29 | 一  |               |          |           |           |            |           |     |              |
| 9/30 | 二  | 芝麻包+<br>糙米飲   | 地瓜飯      | 蔥燒肉片      | 番茄炒蛋      | 有機<br>時令蔬菜 | 金針湯       | 香蕉  | 冬菜粉絲湯        |

**\*本園一律使用原產地為臺灣的豬肉，無供應牛肉。**

\*部分葉菜類或食材 視時令季節及市場供應情形彈性調整。

\*食材來源：生鮮蔬果及豬雞魚蛋類由臺北農產股份有限公司提供；冷凍乾貨、肉類半成品由東昇米糧食品有限公司提供；  
西點麵包由全聯福利中心提供。

保育組：

主任：