

# 新竹縣東海國小 附設幼兒園 食譜

日期	星期	早點心		主食	副食一	副食二	副食三	湯	附餐	下午點心	
		主食	附餐1							主食	附餐1
8/30	五	蘿蔔糕		糙米飯	鮮菇馬鈴薯燉雞(燉)	蛋酥蝦皮胡瓜(炒)	鮮炒時蔬(炒)	柴魚豬肉豆腐湯	水果	水煮玉米	
9/2	一	家常炒麵		環保餐(黑芝麻飯)	洋蔥燒豆皮(燒)	香鬆蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	水晶檸檬愛玉		玉米濃湯	柳丁
9/3	二	蛋餅		糙米飯	蠔菇飛扁魚(炒)	肉絲刺瓜(燴)	鮮炒時蔬(炒)	榨菜肉絲湯	水果	百菇雞湯	
9/4	三	肉片吐司	鮮奶	特餐	鮮筍瘦肉粥(煮)	梅乾紅燒肉(燒)	鮮炒時蔬(炒)	刈包(蒸)		紅豆紫米湯	芭樂
9/5	四	蔬菜米苔目湯		燕麥飯	香滷雞腿(滷)	絲瓜粉條(炒)	有機蔬菜(炒)	馬鈴薯蛋花湯	優酪乳	小肉包	水梨
9/6	五	絲瓜雞蛋麵線		小米糙米飯	烤醬里肌(燒)	冬瓜小丸子(燴)	鮮炒時蔬(炒)	牛蒡雞湯	水果	慶生蛋糕	
9/9	一	茶碗蒸		環保餐(香鬆飯)	花生拌素味(炒)	洋蔥炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	綠豆水晶湯		冬瓜魚丸湯	蘋果
9/10	二	魯肉麵		糙米飯	咖哩雞(燒)	塔香海茸(炒)	鮮炒時蔬(炒)	鱸魚湯	水果	虱目魚湯	
9/11	三	菇菇粥	鮮奶	特餐	鴨肉羹麵(煮)	滷蛋(滷)	鮮炒時蔬(炒)	燒賣(二個)(蒸)		雜糧饅頭	芭樂
9/12	四	雞肉炒飯		燕麥飯	豆醬虱目魚柳(燒)	玉米三色(炒)	有機蔬菜(炒)	三絲肉絲湯	鮮奶	玉米脆片	木瓜
9/13	五	炒板條		小米糙米飯	打拋肉(燒)	雪裡紅干丁(炒)	鮮炒時蔬(炒)	青木瓜雞湯	水果	馬拉糕	
9/16	一	瓜仔肉飯		環保餐(黑芝麻飯)	豆皮滷味(滷)	起司馬鈴薯蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	冬瓜西米露		芝麻包	鳳梨
9/18	三	珍珠丸子	鮮奶	特餐	薑黃雞炒飯(炒)	蔥焗肋排(滷)	鮮炒時蔬(炒)	瓠瓜排骨湯		綠豆水晶湯	柳丁
9/19	四	白醬筆管麵		燕麥飯	蒲燒鯛(蒸)	豬肉乾絲小炒(炒)	有機蔬菜(炒)	雞茸巧達濃湯	優酪乳	烤地瓜	水梨
9/20	五	螞蟻上樹		小米糙米飯	筍乾燒肉(燒)	雪花羹(燴)	鮮炒時蔬(炒)	海芽小魚湯	水果	貢丸湯	
9/23	一	肉絲湯麵		環保餐(香鬆飯)	壽喜油腐(燒)	紅娘炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	仙草粉條		水煮毛豆	蘋果
9/24	二	皮蛋瘦肉粥		糙米飯	味噌旗魚燒(燒)	鮮菇長豆(炒)	鮮炒時蔬(炒)	涼薯蛋花湯	水果	百菇雞湯	
9/25	三	起司吐司	鮮奶	特餐	客家板條(炒)	雞塊(炸)	鮮炒時蔬(炒)	筍絲羹湯		檸檬愛玉	芭樂
9/26	四	湯米粉		燕麥飯	海帶油腐燒肉(燒)	什錦瓠瓜(燴)	有機蔬菜(炒)	四神湯	鮮奶	鮮魚味噌湯	柳丁
9/27	五	蔥抓餅		小米糙米飯	蜜汁雞丁(燒)	黑胡椒銀芽(炒)	鮮炒時蔬(炒)	茶壺湯	水果	馬鈴薯蛋沙拉	
9/30	一	鮮筍排骨湯		環保餐(黑芝麻飯)	什錦冬瓜滷(滷)	金草枸杞蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	桂圓雪蓮銀耳湯		滷雞腿	鳳梨

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~