

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
9/1	一	家常炒麵	豆漿	香鬆飯(有機白米)	洋蔥燒豆皮(燒)	香鬆蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	珍珠檸檬愛玉		玉米濃湯	柳丁
9/2	二	蛋餅		糙米飯	塔香旗魚燒(燒)	麻婆豆腐(燒)	有機蔬菜(炒)	海帶排骨湯	水果	百菇雞湯	
9/3	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	蘋果
9/4	四	蔬菜米苔目湯		燕麥飯(有機白米)	香滷雞腿(滷)	鮮燴刺瓜(燴)	有機蔬菜(炒)	馬鈴薯蛋花湯	優酪乳	小肉包	西瓜
9/5	五	青蔬雞蛋麵線		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	
9/8	一	茶碗蒸	豆漿	黑芝麻飯(有機白米)	香拌雙味(炒)	洋蔥炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	綠豆水晶湯		冬瓜魚丸湯	木瓜
9/9	二	魯肉麵		糙米飯	咖哩雞(燒)	鮮菇銀芽(炒)	有機蔬菜(炒)	豆腐味噌湯	水果	新鮮肉羹湯	
9/10	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	蘋果
9/11	四	雞肉炒飯		燕麥飯(有機白米)	豆醬虱目魚柳(炒)	三色肉末(炒)	有機蔬菜(炒)	三絲肉絲湯	鮮奶(統)	玉米脆片	柳丁
9/12	五	炒板條		小米糙米飯	打拋肉(燒)	辣炒雪裡紅花生(炒)	鮮炒時蔬(炒)	青木瓜雞湯	水果	馬拉糕	
9/15	一	皮蛋瘦肉粥	豆漿	香鬆飯(有機白米)	茄汁豆腸(燒)	起司馬鈴薯蒸蛋(蒸)	有機蔬菜(炒)	冬瓜西米露		芝麻包	西瓜
9/16	二	蘿蔔糕		糙米飯	家常蒙古烤肉(炒)	塔香海根(炒)	有機蔬菜(炒)	南瓜濃湯	水果	貢丸湯	
9/17	三	珍珠丸子	鮮奶	特餐	薑黃雞炒飯(炒)	干絲醬爆豬柳(炒)	鮮炒時蔬(炒)	瓠瓜排骨湯		綠豆水晶湯	芭樂
9/18	四	白醬筆管麵		燕麥飯(有機白米)	金讚魚排(炸)	茄汁炒蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	杏菇牛蒡肉片湯	優酪乳	烤地瓜	蘋果
9/19	五	螞蟻上樹		小米糙米飯	筍乾燒肉(燒)	雪花羹(燴)	鮮炒時蔬(炒)	榨菜肉絲湯	水果	茶葉蛋	
9/22	一	肉絲湯麵	豆漿	黑芝麻飯(有機白米)	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
9/23	二	瓜仔肉飯		糙米飯	味噌飛扁魚(燒)	長豆肉絲(炒)	有機蔬菜(炒)	涼薯蛋花湯	水果	百菇雞湯	
9/24	三	起司吐司	鮮奶	特餐	客家板條(炒)	蝦捲(炸)	鮮炒時蔬(炒)	筍絲羹湯	豆漿(產)	檸檬愛玉	木瓜
9/25	四	湯米粉		燕麥飯(有機白米)	蜜汁雞丁(燒)	什錦瓠瓜(燴)	有機蔬菜(炒)	四神湯	鮮奶(統)	小兔包	西瓜
9/26	五	蔥抓餅		小米糙米飯	肉燥鵝鶉蛋油腐(燒)	開陽冬瓜(炒)	鮮炒時蔬(炒)	海芽小魚湯	水果	馬鈴薯蛋沙拉	
9/30	二	南瓜菇菇粥		糙米飯	黑椒醬爆雞肉(炒)	薯丁三色蛋(炒)	有機蔬菜(炒)	刺瓜肉絲湯	水果	滷雞腿	

美麒食品製表

~本園一律使用國產豬肉食材~