

後港國小附設幼兒園 111 上餐點表

(8 月份& 9 月份餐點表) ※本園一律使用國產豬肉食材

日期	上午點心	午餐	下午點心
8/30 (二)	8 月份 慶生會	白米飯(白米)、香菇肉燥(低脂絞肉、鮮香菇、紅蔥頭) 玉米炒蛋(冷凍玉米粒、雞蛋、青蔥) 炒高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔) 大黃瓜豬骨湯(大黃瓜、豬骨)、香蕉	紅豆牛奶 (紅豆、鮮奶)
8/31 (三)	葡萄、 優酪乳	沙茶麵羹(白油麵、豬肉絲、桶筍絲、包心白菜、 雞蛋、紅蘿蔔、扁魚乾、沙茶醬) 三杯炒滷味(黑豆乾、黑輪、九層塔、米血、酸菜絲) 高脂保久乳	地瓜薯條 (脆皮地瓜薯條) 黑豆茶 (黑豆、糖)
9/1 (四)	芭樂、 豆漿	白米飯(白米)、筍乾控肉(豬肉、筍乾) 炒有機味美菜(味美菜、乾木耳) 絲瓜冬粉(絲瓜、冬粉) 筍絲雞湯(麻竹筍、骨腿)、芭樂	玉米濃湯 (玉米粒、玉米醬、 雞蛋)
9/2 (五)	火龍果、 鮮奶	白米飯(白米)、高麗菜南瓜湯(高麗菜、豬骨、南瓜) 糖醋雞丁(全雞、洋蔥、黃椒、青椒、番茄醬) 麻婆豆腐(板豆腐、低脂絞肉、青蔥、豆瓣醬) 炒有機黑葉白菜(黑葉白菜、紅蘿蔔)	鮭魚五穀粥 (鮭魚、五穀米、小 白菜)
9/5 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米)、肉燥地瓜葉(地瓜葉、絞肉) 三杯杏鮑菇雞丁(全雞、杏鮑菇頭、九層塔) 豆芽菜炒肉絲(肉絲、綠豆芽、青蔥) 蘿蔔豬骨湯(白蘿蔔、豬骨)	玉米鮭魚蛋吐司 (玉米、鮭魚、雞蛋、 吐司) 桂圓紅棗茶
9/6 (二)	玉米脆片 鮮奶	白米飯(白米)、炒有機青松菜(青松菜) 高麗菜炒肉片(火鍋肉片、高麗菜、寬冬粉) 咖哩豆腐(馬鈴薯、胡蘿蔔、洋蔥、板豆腐、咖哩) 絲瓜蛋花湯(絲瓜、雞蛋)、蘋果	紅豆湯圓 (紅豆、湯圓、糖)
9/7 (三)	芭樂、 優酪乳	糙米飯(五穀米、白米)、高脂保久乳 竹筍香菇泡飯(麻竹筍、鮮香菇、紅蘿蔔) 香酥虱目魚柳(虱目魚柳、地瓜粉) 滷冬瓜麵筋泡(冬瓜、麵筋泡、滷包)	小肉包 (肉包) 麥茶 (大麥、糖)
9/8 (四)	小玉西瓜 豆漿	白米飯(白米)、蒜炒大陸妹(大陸妹、大蒜) 泰式打拋肉(絞肉、洋蔥、紅番茄、九層塔、紅蘿蔔、檸檬汁) 黃瓜黑輪(大黃瓜、黑輪、乾木耳) 高麗菜雞湯(骨腿、金針菇、高麗菜)、文旦	八寶粥(綜合豆 類、紫米、小米、白 米)
9/9(五)		中秋節彈性休假	
9/12 (一)	蘋果、 豆漿	白米飯(白米)、蒜炒有機青江菜(青江菜、大蒜) 沙茶豬柳(豬肉條、油菜、沙茶醬) 雙花燴鴿蛋(白花菜、青花菜、鵪鶉蛋、紅蘿蔔) 菇菇雞湯(骨腿、鮑魚菇、金針菇)	綠豆薏仁湯 (綠豆、薏仁、糖)
9/13 (二)	蘿蔔糕、 鮮奶	白米飯(白米)、南瓜高麗菜(南瓜、高麗菜、大蒜) 紅燒油豆腐(油豆腐、麻竹筍、乾木耳、秀珍菇、九層塔) 紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、雞蛋、青蔥) 冬瓜蛤蜊湯(冬瓜、文蛤)、香蕉	玉米瘦肉粥 (玉米、豬絞肉、香 菇、小白菜)
9/14 (三)	葡萄、 優酪乳	義大利肉醬麵(麵條、豬肉、洋蔥、蘑菇醬、義大利香料、黑胡椒醬) 玉米濃湯(玉米粒、玉米醬、雞蛋、洋蔥、馬鈴薯、鮮奶油) 雞丁薯條(去骨雞胸肉、冷凍地瓜薯條)、高脂保久乳	五穀飯糰(五穀 米、肉鬆、雞蛋) 枸杞菊花茶
9/15 (四)	火龍果、 豆漿	五穀飯(白米、五穀米)、蒜炒莧菜(鮮香菇、莧菜) 黑胡椒雞丁(全雞、洋蔥、黃椒、青椒、黑胡椒醬) 筊白筍炒肉絲(筊白筍、腿肉絲) 紫菜蛋花湯(紫菜、雞蛋)、葡萄	湯餃 (水餃、小白菜)

9/16 (五)	木瓜、鮮奶	糙米飯(白米、糙米)、薑炒尼龍白菜(尼龍白菜、紅蘿蔔) 蒜泥白肉(火鍋肉片、五花肉片、豆芽菜、醬油膏) 小瓜炒甜不辣(小黃瓜、甜不辣、玉米筍) 味噌豆腐湯(板豆腐、海帶芽、小魚乾、味噌)	鍋燒意麵(意麵、香菇、豬絞肉、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
9/19 (一)	蘋果、豆漿	白米飯(白米)、南瓜燒肉(豬肉角、南瓜) 黃瓜燴魚羹(大黃瓜、小魚羹、乾木耳) 沙茶油菜(油菜、沙茶醬)、海帶芽蛋花湯(海帶芽、雞蛋)	芋頭西米露 (芋頭、西米露、椰奶、糖)
9/20 (二)	鍋貼、鮮奶	胚芽米飯(白米、胚芽米)、番茄豆腐(紅番茄、板豆腐) 蔥燒鯛魚(台灣鯛魚、青蔥、洋蔥、乾木耳) 蒜炒味美菜(味美菜、紅蘿蔔)、 蘿蔔玉米湯(白蘿蔔、甜玉米)	蜂蜜蛋糕 決明子茶 (熟決明子、糖)
9/21 (三)	葡萄、優酪乳	糙米飯(白米、糙米)、 肉絲蛋炒飯(肉絲、洋蔥、紅蘿蔔、雞蛋、青蔥) 白菜滷(包心白菜、鮮香菇、紅蘿蔔、扁魚乾、乾木耳) 蒲瓜豬骨湯(蒲瓜、豬骨)、高脂保久乳	小雞塊 味噌豆腐湯 (味噌、豆腐、小白菜)
9/22 (四)	芭樂、豆漿	白米飯(白米) 回鍋肉片(火鍋肉片、黃豆乾、高麗菜、青蔥) 菇炒絲瓜(金針菇、絲瓜) 炒有機皺葉白菜(皺葉白菜、紅蘿蔔) 山藥雞湯(骨腿、山藥、枸杞)、蘋果	紅豆豆花 (紅豆、豆花)
9/23 (五)	木瓜、鮮奶	白米飯(白米)、蒜炒有機空心菜(大蒜、空心菜) 咖哩雞(全雞、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔、咖哩粉) 木須炒蛋(杏鮑菇、胡蘿蔔、濕木耳、雞蛋) 白菜豬骨湯(包心白菜、豬骨)	玉米濃湯 (玉米粒、玉米醬、雞蛋)
9/26 (一)	蘋果、豆漿	白米飯(白米)、蝦皮白菜(蝦皮、包心白菜) 鳳梨雞丁(全雞、乾木耳、鳳梨罐、番茄醬、桶筍片) 四季豆肉末(四季豆、絞肉、紅蘿蔔) 豆薯蛋花湯(豆薯、雞蛋、鮮香菇、青蔥)	玉米鮭魚蛋吐司 (玉米、鮭魚、雞蛋、吐司) 桂圓紅棗茶
9/27 (二)	蔥抓餅、鮮奶	胚芽米飯(白米、胚芽米)、 瓜仔豆腐(油豆腐、素肉燥、瓜仔罐、青蔥) 蝦仁蒸蛋(蝦仁、雞蛋、毛豆仁) 炒有機青松菜(青松菜、紅蘿蔔) 冬瓜魚丸湯(冬瓜、虱目魚丸)、香蕉	陽春麵(白麵條、豬絞肉、香菇、紅蘿蔔絲、小白菜、蛋)
9/28 (三)	葡萄、優酪乳	熟麵條(白油麵) 麻醬乾麵醬汁(芝麻醬、花生醬、烏醋、甜麵醬) 滷味拼盤(腱肉丁、海帶結、甜不辣、滷包) 清燙有機小白菜(小白菜、胡蘿蔔) 蘿蔔豬骨湯(白蘿蔔、豬骨)、高脂保久乳	南瓜五穀粥 (南瓜、五穀米、白米、豬絞肉、香菇)
9/29 (四)	火龍果、豆漿	白米飯(白米)、 春川炒雞(全雞、山東白菜、片狀年糕、韓式辣椒醬) 杏鮑菇炒豆乾(杏鮑菇、杏鮑菇頭、五香豆乾、九層塔) 炒有機黑葉白菜(黑葉白菜、紅蘿蔔) 大黃瓜豬骨湯(大黃瓜、豬骨)、葡萄	薏仁燕麥 (薏仁、燕麥、小米、糖)
9/30 (五)	木瓜、鮮奶	五穀飯(白米、五穀米) 芋頭燒肉(豬肉角、芋頭、紅蔥頭) 鐵板豆芽菜(豆芽菜、培根、韭菜、無鹽奶油、黑胡椒粉) 燴雙花(白花菜、青花菜、乾木耳、紅蘿蔔、地瓜粉) 竹筍雞湯(麻竹筍、骨腿)	餛飩湯 (餛飩、小白菜)

承辦人

教保員 謝教文

主任

教師兼任 潘怡君
幼兒園主任

午餐執秘

護理師 郭秋貝

校長

教師兼任 黃惠雯
教導主任

代