德高國小附幼9月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **上午** | **食材明細** | **下午** | **食材明細** | **水果** |
| 8/30 | 五 | 葡萄饅頭+豆漿 | 葡萄乾.麵粉.黃豆 |  |  | 木瓜 |
| 9/2 | 一 | 味增拉麵 | 拉麵.豬肉.小白菜 | 黑糖粉圓 | 粉圓 | 柳丁 |
| 9/3 | 二 | 燕寶粥 | 燕餃.紅蘿蔔.玉米.白米 | 蔥抓餅+麥茶 | 麵粉.豬油.蔥 | 香蕉 |
| 9/4 | 三 | 銀絲卷+豆漿 | 奶油.麵粉.黃豆  | 蔬菜餛飩湯 | 小白菜.餛飩 | 西瓜 |
| 9/5 | 四 | 肉絲蛋麵線 | 肉絲.雞蛋.紅麵線.高麗菜 | 珍珠丸子 | 糯米.豬肉.玉米 | 香瓜 |
| 9/6 | 五 | 滷蛋+紫菜湯 | 雞蛋.紫菜 | 麵包+豆漿 | 酵母.麵粉.奶油.雞蛋 | 柳丁 |
| 9/9 | 一 | 肉燥陽春麵 | 麵條.韭菜.白菜.肉燥 | 雞塊 | 雞肉 | 香蕉 |
| 9/10 | 二 | 鮮菇蔬菜粥 | 鮮菇.高麗菜.豬肉.白米 | 奶油餅+麥茶 | 麵粉.奶油.雞蛋 | 香瓜 |
| 9/11 | 三 | 黑糖饅頭+豆漿 | 麵粉.黃豆 | 綠豆湯 | 綠豆 | 木瓜 |
| 9/12 | 四 | 水餃 | 高麗菜.絞肉.蔥.麵粉 | 壽司 | 白米.海苔.肉鬆.雞蛋.芝麻 | 西瓜 |
| 9/13 | 五 | 巧達濃湯 | 紅蘿蔔.雞蛋.杏鮑菇.玉米.馬鈴薯 | 蛋糕+豆漿 | 雞蛋.麵粉.奶油 | 香蕉 |
| 9/16 | 一 | 烏龍湯麵 | 烏龍麵.豬肉.白菜.蛤蠣 | 草莓起司吐司 | 起司.草莓醬.吐司 | 木瓜 |
| 9/18 | 三 | 貢丸冬粉湯 | 貢丸.冬粉.豆芽菜.小白菜.芹菜 | 紅豆薏仁 | 紅豆.薏仁 | 香瓜 |
| 9/19 | 四 | 滑蛋瘦肉粥 | 高麗菜.雞蛋.豬肉.白米 | 金針排骨湯 | 金針.排骨肉 | 西瓜 |
| 9/20 | 五 | 鍋貼+豆漿 | 高麗菜.絞肉.蔥 | 麵包+豆漿 | 酵母.麵粉.奶油.雞蛋 | 木瓜 |
| 9/23 | 一 | 豆菜麵 | 豆芽菜.肉燥.麵條 | 什錦愛玉 | 粉圓.愛玉 | 柳丁 |
| 9/24 | 二 | 雞蓉玉米粥 | 雞肉.高麗菜.玉米.白米 | 豆花 | 黃豆.糖水 | 西瓜 |
| 9/25 | 三 | 香雞麵線 | 雞肉.麵線.高麗菜 | 小白菜魚丸湯 | 白菜.魚丸 | 香瓜 |
| 9/26 | 四 | 肉包+豆漿 | 豬肉.麵粉 | 薯條 | 馬鈴薯 | 西瓜 |
| 9/27 | 五 | 鍋燒意麵 | 意麵.魚丸.肉絲.白菜.蛤蠣 | 蛋糕+豆漿 | 雞蛋.麵粉.奶油 | 柳丁 |
| 9/30 | 一 | 鮮菇粿仔湯 | 粿條.白菜.肉絲.香菇 | 鬆餅+豆漿 | 雞蛋.麵粉.奶油 | 香蕉 |

※點心設計以低油、低鹽、低糖及高纖維、高鈣之三低二高為原則，以符合六大類營養素熱量來源比例，均衡攝取各類食物

※每日餐點均含全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物

※本園點心食材一律使用本土國產肉品

※因應低碳校園生活，每週有一日為蔬食日(營養午餐請參考台南市東區復興國小網站)

※食材可能含有致過敏物質。

承辦人: 園主任: 校長: