

新北市永和區永和國民小學附設幼兒園109學年度第一學期8-9月餐點表

		早 點	午 餐						午 點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
8月31日	一	小餐包、牛奶	胚芽飯	紅白蘿蔔燉肉	蒸蛋	有機蔬菜	鮮菇肉絲湯	時令水果	雞絲麵線	√	√	√	√
9月1日	二	玉米肉末粥	地瓜飯	滷肉燥	炒三絲	有機蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	關東煮	√	√	√	√
9月2日	三	肉燥擔仔麵	夏威夷鮮蝦鳳梨炒飯			有機蔬菜	鮮魚湯	時令水果	奶酥厚片、豆漿	√	√	√	√
9月3日	四	小餐包、決明子茶	白米飯	壽喜燒豬肉片	金蓉冬粉	有機蔬菜	香菇筍片雞湯	時令水果	檸檬愛玉	√	√	√	√
9月4日	五	慶生蛋糕、豆漿	紫米飯	紅燒肉	番茄滑蛋	有機蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果	小蔥花麵包、優酪乳	√	√	√	√
9月7日	一	紅豆吐司、牛奶	胚芽飯	蒜炒旗魚	滷海帶結	有機蔬菜	三絲筍湯	時令水果	米苔目甜湯	√	√	√	√
9月8日	二	米粉湯	地瓜飯	三杯雞	紅燒豆腐	有機蔬菜	鮮菇枸杞雞湯	時令水果	小薏仁綠豆湯	√	√	√	√
9月9日	三	鹹粥	義大利肉醬通心麵			有機蔬菜	南瓜濃湯	時令水果	吐司、豆漿	√	√	√	√
9月10日	四	蘿蔔糕湯	白米飯	蒸魚	絲瓜燴鮮菇	有機蔬菜	金針雞湯	時令水果	黑糖饅頭、枸杞茶	√	√	√	√
9月11日	五	蝦仁燒賣、麥茶	紫米飯	茄汁里肌	蛋酥扁蒲	有機蔬菜	吻仔魚豆腐羹	時令水果	波羅麵包、優酪乳	√	√	√	√
9月14日	一	馬來糕、牛奶	五穀飯	洋蔥雞柳	小黃瓜炒甜不辣	有機蔬菜	香菇小排湯	時令水果	花生豆花湯	√	√	√	√
9月15日	二	肉燥糙米粥	海苔飯	三杯透抽	悶煮冬瓜	有機蔬菜	柴魚雞湯	時令水果	芋香饅頭、麥茶	√	√	√	√
9月16日	三	日式烏龍麵	什錦炒飯			有機蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	奶油餐包、豆漿	√	√	√	√
9月17日	四	白吐司、枸杞茶	紅藜飯	蔥爆雞肉絲	燴豆腐	有機蔬菜	豆腐味噌湯	時令水果	地瓜湯	√	√	√	√
9月18日	五	黑糖饅頭、決明子茶	玉米飯	蘋果咖哩雞	玉米三丁	有機蔬菜	海芽鮮菇湯	時令水果	克林姆麵包、優酪乳	√	√	√	√
9月21日	一	熱狗捲、枸杞茶	地瓜飯	糖醋魚片	白菜魯	有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	玉米脆片、鮮奶	√	√	√	√
9月22日	二	廣東粥	白米飯	滷肉	肉絲茭白筍	有機蔬菜	香菇肉絲湯	時令水果	仙草甜湯	√	√	√	√
9月23日	三	雞蛋麵線	海鮮炒麵			有機蔬菜	蘑菇濃湯	時令水果	起酥蛋糕、豆漿	√	√	√	√
9月24日	四	白粥、肉鬆	白米飯	芝麻棒棒腿	炒麻筍	有機蔬菜	芹菜虱魚丸湯	時令水果	水煮玉米、麥茶	√	√	√	√
9月25日	五	蘿蔔糕、決明子	紫米飯	紅燒獅子頭	玉米雞丁	有機蔬菜	黃瓜排骨湯	時令水果	銅鑼燒、優酪乳	√	√	√	√
9月26日	六	鮮肉包、麥茶	南瓜飯	糖醋里肌	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	田園鮮菇湯	時令水果	綠豆湯	√	√	√	√
9月28日	一	小牛角、牛奶	胚芽飯	瓜仔肉	三色炒蛋	有機蔬菜	薑絲冬瓜肉片湯	時令水果	八寶甜湯	√	√	√	√
9月29日	二	玉米肉末粥	海苔飯	滷五花	豆芽炒肉絲	有機蔬菜	蘿蔔湯	時令水果	仙草湯	√	√	√	√
9月30日	三	草莓麵包、麥茶	蝦仁炒飯			有機蔬菜	大滷湯	時令水果	小兔包、豆漿	√	√	√	√

教保員黃 鵬

1090807

教師兼附幼主任顏美香

