

臺北市中山區長安國小附設幼兒園110學年9月份餐點表

日期	星期	早點心		午餐內容						午點心	
				主食	主菜	副菜	時蔬	湯	水果		
9月1日	週三	黑糖小饅頭	鮮奶	白飯	糖醋咕咾肉	四季豆燴蝦仁	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	糙米蔬菜肉粥	
9月2日	週四	玉米瘦肉粥		白飯+胚芽米	滷雞翅腿	蕃茄燴豆腐	時令蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	水煮玉米	
9月3日	週五	肉包	鮮奶	白飯	清蒸鱸魚	香菇玉米蒸蛋	時令蔬菜	木須金菇肉絲湯	時令水果	綜合水果	
9月6日	週一	雞蛋小饅頭	豆漿	白飯	馬鈴薯燉肉	黃瓜炒木耳	時令蔬菜	南瓜枸杞雞湯	時令水果	綠豆豆花甜湯	
9月7日	週二	蔬菜什錦湯麵		鮭魚玉米蛋炒飯		香菇玉米筍	時令蔬菜	絲瓜蛤蠣湯	時令水果	鮮蔬餛飩湯	
9月8日	週三	岩燒蜂蜜蛋糕	鮮奶	白飯	香菇瓜仔肉燥	塔香海帶結	時令蔬菜	番茄蔬菜蛋花湯	時令水果	山藥香菇雞茸粥	
9月9日	週四	香芋鹹粥		白飯+胚芽米	彩椒鳳梨茄汁雞丁	豆干炒小黃瓜	時令蔬菜	黃豆芽排骨湯	時令水果	肉絲麵線	
9月10日	週五	蔬菜湯餃		白飯	樹子鱈魚燜豆腐	肉末炒豆段	時令蔬菜	味噌豆腐海帶湯	時令水果	原味杯子蛋糕	鮮奶
9月11日	週六	玉米脆片	鮮奶	白飯	三杯雞丁	粟香豆腐燒	時令蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	紅豆鮮奶紫米粥	
9月13日	週一	地瓜包	鮮奶	白飯+糙米	京醬黃瓜炒肉絲	蝦仁洋蔥炒蛋	時令蔬菜	三菇雞湯	時令水果	海鮮鍋燒意麵	
9月14日	週二	蕃茄蛋蔬大滷麵		雞肉親子丼		蔥燒豆腐	時令蔬菜	海帶結玉米湯	時令水果	菠蘿小麵包	鮮奶
9月15日	週三	客家粿仔湯麵		白飯	鹹蛋蒸肉	玉米炒豆丁	時令蔬菜	蛤蜊雞腿肉湯	時令水果	蒸烤小地瓜	豆漿
9月16日	週四	鮮魚香菇蔬粥		白飯+胚芽米	鳳梨蝦球	日式彩蔬蒸蛋	時令蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	翡翠小魚滑蛋粥	
9月17日	週五	蒸馬鈴薯	鮮奶	白飯	蒲燒鯛魚	麻婆豆腐	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	紅豆吐司	優酪乳
9月20日	週一	中秋連假									
9月21日	週二	中秋連假									
9月22日	週三	起司吐司	鮮奶	白飯	甜椒洋蔥炒肉絲	鮮燴黃瓜	時令蔬菜	味噌魚片湯	時令水果	綠豆鮮奶西米露	
9月23日	週四	香菇雞茸滑蛋粥		白飯+胚芽米	洋蔥杏菇燒雞	蛋花絲瓜	時令蔬菜	筍片排骨湯	時令水果	蔬菜蘿蔔糕湯	
9月24日	週五	炒米粉		白飯	香煎鮭魚	綜合蔬食滷味	時令蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果	瑞士捲片	鮮奶
9月27日	週一	奶皇包	鮮奶	白飯+糙米	鼓汁排骨	白菜滷	時令蔬菜	冬瓜雞湯	時令水果	桂圓銀耳甜湯	
9月28日	週二	清粥小菜		茄汁什錦義大利麵		蛤蜊蒸蛋	時令蔬菜	義式海鮮湯	時令水果	地瓜高麗菜肉粥	
9月29日	週三	麻油雞丁麵線		白飯	醬爆雞柳	芹香白干絲	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	奶酥吐司	鮮奶
9月30日	週四	翡翠玉米小魚粥		白飯+胚芽米	咕咾雞丁	菇菇豆腐煲	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	茶葉蛋	決明子茶