

新北市新店區青潭國小附設幼兒園115學年度第一學期 第01至05週餐點檢核表

週次	日期	星期	上午點心		午餐					下午點心		餐點類別檢核			
					主食	主菜	配菜一	配菜二	湯品			全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
第01週	08月31日	一	田園蔬菜粥		五穀飯	番茄燉肉	紅燒冬菇	有機蔬菜	牛蒡排骨湯	香菇肉絲麵	時令水果	√	√	√	√
	09月01日	二	芋頭米粉湯		燕麥飯	蔥爆雞丁	客家小炒	有機蔬菜	地瓜西米露	青菜豆腐湯	時令水果	√	√	√	√
	09月02日	三	肉丁雞蛋粥		義式蕃茄肉醬麵		炒百菇	有機蔬菜	玉米濃湯	全麥吐司	時令水果	√	√	√	√
	09月03日	四	肉羹麵線		胚芽飯	清蒸鯛魚片	香滷白菜	有機蔬菜	海苔湯	紫米養生粥	時令水果	√	√	√	√
	09月04日	五	味噌拉麵		五穀飯	打拋豬	高麗菜炒蛋	有機蔬菜	羅宋湯	鹽可頌	時令水果	√	√	√	√
第02週	09月07日	一	什錦雞絲麵		燕麥飯	梅干扣肉	五柳豆包	有機蔬菜	瓜子排骨湯	洋葱玉米雞肉湯麵	時令水果	√	√	√	√
	09月08日	二	蔬菜鯖魚粥		胚芽飯	滷雞腿	三色肉末	有機蔬菜	銀耳蓮子湯	關東煮	時令水果	√	√	√	√
	09月09日	三	生日蛋糕	鮮奶	香菇肉羹麵		三杯豆腐	有機蔬菜		美味地瓜	時令水果	√	√	√	√
	09月10日	四	玉米雞肉粥		五穀飯	蠔油蒸魚	洋葱豬柳	有機蔬菜	義式番茄蔬菜湯	陽春麵	時令水果	√	√	√	√
	09月11日	五	日式烏龍麵		燕麥飯	杏鮑菇滷肉	魷仔魚炒蛋	有機蔬菜	南瓜番茄湯	三明治	時令水果	√	√	√	√
第03週	09月14日	一	芋頭米粉湯		胚芽飯	醬瓜絞肉	木耳三絲	有機蔬菜	四神湯	炒烏龍	時令水果	√	√	√	√
	09月15日	二	鍋燒意麵		五穀飯	咖哩雞	番茄炒蛋	有機蔬菜	仙草	白菜肉絲湯麵	時令水果	√	√	√	√
	09月16日	三	莧菜小魚粥		什錦湯餃		黑糖小饅頭	有機蔬菜		小米粥	時令水果	√	√	√	√
	09月17日	四	蛋汁雞絲麵		燕麥飯	紅燒鯛魚	玉米筍燴雞片	有機蔬菜	山藥雞湯	海帶芽冬粉	時令水果	√	√	√	√
	09月18日	五	時令水果	薏仁糙米漿	胚芽飯	南瓜燉肉	大黃瓜炒丸子	有機蔬菜	玉米排骨湯	蘑菇PIZZA	優酪乳	√	√	√	√
第04週	09月21日	一	山藥皮蛋瘦肉粥		五穀飯	回鍋肉	乾煸四季豆	有機蔬菜	馬鈴薯排骨湯	雲吞湯	時令水果	√	√	√	√
	09月22日	二	菇菇瘦肉粥		燕麥飯	糖醋肉片	日式蔥燒豆腐	有機蔬菜	筍子湯	炒飯條	時令水果	√	√	√	√
	09月23日	三	番茄雞蛋烏龍		胚芽飯	白菜什錦燴飯	彩椒雞丁	有機蔬菜	肉骨茶	八寶粥	時令水果	√	√	√	√
	09月24日	四	三絲冬粉湯		五穀飯	炒三鮮	玉米炒絞肉	有機蔬菜	海帶芽豆腐味噌湯	蔓越莓貝果	時令水果	√	√	√	√
	09月25日	五													
第05週	09月28日	一													
	09月29日	二	芋香鹹粥		燕麥飯	三杯雞	玉米洋葱炒蛋	有機蔬菜	檸檬愛玉	炒麵	時令水果	√	√	√	√
	09月30日	三	鍋燒雞絲麵		大滷麵		滷味	有機蔬菜		美味地瓜	時令水果	√	√	√	√
	10月01日	四	皮蛋瘦肉粥		胚芽飯	鵪鶉蛋滷肉燥	蘑菇燒豆腐	有機蔬菜	蘿蔔玉米湯	綠豆薏仁	時令水果	√	√	√	√
	10月02日	五	擔仔麵		五穀飯	蒜泥白肉	芹菜三絲	有機蔬菜	菇菇蛋花湯	全麥葡萄餐包	時令水果	√	√	√	√

※ 本餐點表設計依據為「幼兒園餐點食物內容及營養基準(109.12.28修訂)」。
 ※ 本餐點表報請單位主管核準後實施。

※ 本學期餐點表經餐點會議討論結果，將以五週為一週期，採循環菜單制。

※ 「本園一律使用國產豬食材」、「本園未使用輻射污染食品」、「本園未使用主管機關公告之不合格油品」。

※ 每日供應餐點總熱量共約700卡。

※ 餐點內容依季節或活動偶會有適時調整，僅供參考。若幼生有特殊需求，請事先主動告知班級教師。

※ 餐點內容含有花生、牛奶、蛋、堅果、含麩質之穀物、大豆、魚類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用，請自行留意並事先告知！