

嘉義縣六腳鄉灣內國民小學附設幼兒園 107 學年度第一學期第 03 週餐點表

日期	上午點心		午 餐				水果	下午點心	餐點類別檢核			
									全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
9月10日 星期一	燒賣 豆漿	白米飯	宮保雞丁	回鍋肉片	蒜香青花菜	味噌豆腐湯	葡萄	葡萄	✓	✓	✓	✓
	燒賣 豆漿		雞腿丁 毛豆仁 乾辣椒 剖半熟花生 青蔥珠	冷凍肉片 紅蘿蔔片 生鮮筍片 高麗菜片 木耳片	青花椰菜 蒜末	洋蔥絲 豆腐 味噌 柴魚片 青蔥珠						
9月11日 星期二	紫菜餛飩湯	白米飯	瓜仔肉	蛋酥白菜	蒜香大陸妹	青木瓜 排骨湯	水果	紅豆麵包 鮮奶	✓	✓	✓	✓
	紫菜 餛飩 生香菇		冷凍絞肉 絞瓜 油蔥酥	大白菜段 木耳片 紅蘿蔔絲 洗選蛋-Q 蒜末	大陸妹段 蒜末	冷凍龍骨排 青木瓜中丁 青蔥珠		紅豆麵包 低脂鮮奶				
9月12日 星期三	夾蛋吐司 牛奶		廣東粥	廣東粥	滷什錦		芭樂	芭樂	✓	✓	✓	✓
	蛋 吐司 牛奶		皮蛋-個 鹹蛋-粒 高麗菜絲 玉米粒 冷凍瘦絞肉 生鮮香菇絲	青蔥珠	高麗菜片 白蘿蔔中丁 冷凍肉丁 紅蘿蔔中丁 大黑輪段 滷包(小)							
9月13日 星期四	瘦肉玉米粥	白米飯	香酥鮮魚	小黃瓜炒 什錦	醬爆高麗菜	玉米排骨湯	水果	牛奶西米露	✓	✓	✓	✓
	白米 絞肉 玉米粒 紅蘿蔔 青蔥 蛋		鹹鯖魚	小黃瓜片 小魚丸 紅蘿蔔片 木耳片 蒜末	高麗菜片 紅蘿蔔片 蒜末	冷凍龍骨排 玉米段 芹菜珠		西谷米 椰漿				
9月14日 星期五	雪人包 豆漿	白米飯	冬瓜素炒	炒四色	蒜香地瓜葉	海芽蛋花湯	蘋果	蘋果	✓	✓	✓	✓
	雪人包 豆漿		冬瓜大丁 海帶素肉 紅蘿蔔中丁 薑絲	馬鈴薯小丁 玉米粒 紅蘿蔔小丁 青豆仁 蒜末	地瓜葉切 蒜末	海帶芽 洗選蛋-Q 薑絲						