立人幼兒園 113年學年度第一學期8月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第預備周 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四  8/1 | 星期五  8/2 |
| 早上點心 |  |  |  | 芭樂 | 蘋果 |
| 午 餐 |  |  |  | 香菇栗子炒飯  食材  香菇 里肌肉丁  栗子 胡蘿蔔  玉米粒 毛豆  紫菜蛋花湯 | 滑蛋雞蓉粥  食材  雞肉 胡蘿蔔  玉米 蛋 芹菜  金包菇 |
| 下午點心 |  |  |  | 餛飩麵  (餛飩 白菜 胡蘿蔔 紅蔥頭) | 兔子包 牛奶 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第1週 | 星期一  8/5 | 星期二  8/6 | 星期三  8/7 | 星期四  8/8 | 星期五  8/9 |
| 早上點心 | 火龍果 | 芭樂 | 火龍果 | 芭樂 | 蘋果 |
| 午 餐 | 芋頭粥  食材  芋頭 豬絞肉  蝦米 香菇 豆皮  蔥花 | 白飯  滷肉燥  豬絞肉 油豆腐  海帶 油蔥酥  炒小松菜  小松菜 杏鮑菇  煎菜脯蛋  菜脯 蔥 蛋  味噌豆腐湯 | 鐵板麵  食材  豬絞肉 洋蔥  三色豆 蘑菇醬  竹筍雞骨湯 | 地瓜飯  白米 地瓜  蒜味肉絲白菜  白菜 豬肉絲  炒杏鮑菇丁  竹筍 豆干 蛋  小黃瓜  味噌鯛魚湯 | 嫩滑青菜瘦肉粥  食材  瘦肉 青菜 蛋  鴻喜菇 胡蘿蔔  玉米粒 豆皮 |
| 下午點心 | 翡翠蛋花羮  (翡翠 蛋) | 藍莓麵包 牛奶 | 玉米濃湯  (紅蘿蔔 玉米粒 蛋 火腿丁 奶油) | 牛奶西米露 | 海菜蛋花麵線  (海菜 蛋) |

※餐點食材含水果，若遇原物料缺貨或其他因素將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**

立人幼兒園 113年學年度第一學期8月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第2周 | 星期一  8/12 | 星期二  8/13 | 星期三  8/14 | 星期四  8/15 | 星期五  8/16 |
| 早上點心 | 木瓜 | 芭樂 | 木瓜 | 芭樂 | 蘋果 |
| 午 餐 | 魩仔魚粥  食材  魩仔魚 絞肉 玉米 胡蘿蔔 香菇 高麗菜  豆皮 | 蔬菜炒飯  食材  鮪魚小丁 玉米粒 小黃瓜 胡蘿蔔 豬絞肉 蛋  海苔芝麻肉鬆  味噌豆腐虱目魚皮湯 | 什錦滷麵  食材  木耳 胡蘿蔔  筍絲 魚漿 豆皮 | 香菇雞丁炒飯  食材  洋蔥 雞肉 毛豆 玉米 火腿 蝦米  鴻喜菇 胡蘿蔔    白菜鮮菇湯 | 蔬菜粥  食材  豬絞肉 胡蘿蔔 鴻喜菇 豆皮  火腿丁 青江菜 |
| 下午點心 | 生日蛋糕  芝麻牛奶 | 餅乾 養生茶 | 香菇肉羹  (紅蘿蔔 香菇 木耳  大白菜 筍絲 肉羮) | 玉米脆片牛奶 | 什錦湯麵  ( 肉絲 魚丸 白菜  紅蘿蔔 香菇) |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第3周 | 星期一  8/19 | 星期二  8/20 | 星期三  8/21 | 星期四  8/22 | 星期五  8/23 |
| 早上點心 | 芭樂 | 木瓜 | 火龍果 | 木瓜 | 蘋果 |
| 午 餐 | 雞肉粥  食材  雞肉 高麗菜  胡蘿蔔 香菇  芹菜 豆皮 | 白飯  滷肉燥  豬肉燥 麵筋  豆干 油蔥酥  炒豆皮油菜  豆皮 油菜  炒洋蔥炒蛋  洋蔥 蛋  大黃瓜蛤蜊湯 | 什錦麵疙瘩  食材  香菇 胡蘿蔔 豬絞肉 魚丸 高麗菜 蝦球 | 什錦蛋炒飯  食材  絞肉 玉米筍  杏鮑菇 豆皮  小黃瓜 胡蘿蔔  蛋  紫菜蛋花湯 | 鴨肉絲粥  食材  豬絞肉 胡蘿蔔  鴨肉 香菇  芹菜 豆皮 |
| 下午點心 | 紅麵線羮  (高麗菜 魚漿 木耳  胡蘿蔔) | 鮮奶饅頭 牛奶 | 鹹粥  (紅蘿蔔 豬絞肉  蛋 蔥花) | 小饅頭 菊花茶 | 珍珠牛奶  (小粉圓 牛奶) |

※餐點食材含水果，若遇原物料缺貨或其他因素將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**

立人幼兒園 113年學年度第一學期8月份 餐點食譜

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 第4週 | 星期一  8/26 | 星期二  8/27 | 星期三  8/28 | 星期四  8/29 | 星期五  8/30 |
| 早上點心 | 火龍果 | 芭樂 | 火龍果 | 芭樂 | 蘋果 |
| 午 餐 | 馬鈴薯瘦肉粥  食材:  馬鈴薯 豬絞肉 火腿 玉米 芹菜  鴻喜菇 豆皮 | 蝦仁蛋炒飯  食材  蝦仁 蛋 三色豆 蔥花 豬絞肉 | QQ麵  食材  香菇 胡蘿蔔 豬肉絲 高麗菜  魚卵捲 貢丸 | 白飯  滷冬瓜肉燥  豬絞肉 冬瓜  鳥蛋 香菇  油蔥酥  炸魚柳  炒青江菜  青江菜 鴻喜菇  白菜豆腐湯 | 豆薯粥  食材  豬絞肉 香菇  胡蘿蔔 芹菜  蛤蜊 豆薯 |
| 下午點心 | 粉圓綠豆湯 | 小銀絲卷 牛奶 | 水煮蛋  堅果芝麻糊 | 菠菜火腿羮  (菠菜 火腿) | 酸辣水餃湯  (水餃 豆腐 筍絲  紅蘿蔔 木耳) |

※餐點食材含水果，若遇原物料缺貨或其他因素將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**