**臺南市立人幼兒園113學年度第二學期9月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 星期 | 午餐 | 湯品 | 早 點(水 果) | 下午點心 | 餐點類別檢核 |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 9/2(一) | 滑蛋雞蓉粥雞肉、胡蘿蔔、玉米、蛋 芹菜、杏鮑菇 |  | 柚子 | 生日蛋糕 牛奶 | v | v | v | v |
| 9/3(二) | 香腸炒飯 香腸、三色豆、蛋、高麗菜 | 筍絲雞骨湯 | 火龍果 | 什錦麵線(紅蘿蔔 豬絞肉 蔥花 蛋) | v | v | v | v |
| 9/4(三) | 烏龍炒麵 胡蘿蔔、魚漿、絞肉、木耳、高麗菜 |  | 火龍果 | 水餃芹菜湯 (水餃 芹菜) | v | v | v | v |
| 9/5(四) | 白飯 滷豬絞肉、豆干 醬炒洋蔥五花肉(五花肉洋蔥、黑輪)、炒杏鮑菇青江菜(杏鮑菇青江菜)杏鮑菇 青江菜 | 味噌豆腐白菜湯 | 柚子 | 小波蘿麵包菊花茶 | v | v | v | v |
| 9/6(五) | 皮蛋瘦肉粥皮蛋、胡蘿蔔、豬絞肉 香菇、玉米粒、芹菜 |  | 蘋果 | 紅豆牛奶 | v | v | v | v |
| 9/9(一) | 芋頭粥芋頭、豬絞肉、蝦米、香菇、豆皮、蔥花  |  | 火龍果 | 雞蛋布丁 | v | v | v | v |
| 9/10(二) | 咖哩雞肉炒飯咖哩、雞肉、蛋、高麗菜、洋蔥、玉米、胡蘿蔔、毛豆 | 冬瓜蛤蜊湯 | 柚子 | 翡翠魩仔魚羮(翡翠、魩仔魚、蛋) | v | v | v | v |
| 9/11(三) | 關廟麵肉絲、麵、魚丸、白菜 胡蘿蔔、香菇、魚卵捲 |  | 火龍果 | 蘿蔔糕湯(蘿蔔糕、白菜) | v | v | v | v |
| 9/12(四) | 雜糧飯 滷豆乾海帶(豆乾、海帶)糖醋雞肉球炒青江菜魩仔魚(青江菜 魩仔魚) | 蒜味噌鯛魚湯 | 柚子 | 蒜味噌鯛魚湯 | v | v | v | v |
| 9/13(五) | 什錦菇粥鴻喜菇、鮑魚菇、胡蘿蔔、玉米、豬絞肉、高麗菜、蝦米、芹菜、豆皮 |  | 蘋果 | 關東煮(黑輪 米血 菜頭) | v | v | v | v |
| 9/16(一) | 南瓜粥南瓜、豬絞肉、蝦米、香菇、蔥花、豆皮 |  | 木瓜 | 餛純湯(餛純、統一肉燥、白菜 ) | v | v | v | v |
| 9/17(二) |  中秋節放假 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 星期 | 午餐 | 湯品 | 早 點(水 果) | 下午點心 | 餐點類別檢核 |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 9/18(三) | 什錦拉麵胡蘿蔔、香菇、魚丸、豬肉絲、魚板、白菜 |  | 木瓜 | 酸辣湯(豆腐、胡蘿蔔、木耳、筍絲、蛋) | v | v | v | v |
| 9/19(四) | 香鬆飯白米、海苔香鬆、滷蛋滷油豆腐、豬絞肉炒鮮菇小松菜 | 味噌海帶牙湯 | 芭樂 | 紅豆湯圓 | v | v | v | v |
| 9/20(五) | 山藥蔬菜粥山藥、絞肉、玉米、皮蛋胡蘿蔔、鴻喜菇、芹菜、芥藍菜 |  | 蘋果 | 果醬土司 牛奶 | v | v | v | v |
| 9/23(一) | 蔬菜鯛魚粥鯛魚、洋蔥、蛋、豬絞肉、馬鈴薯、胡蘿蔔、小松菜 |  | 芭樂 | 南瓜麵(南瓜、豬絞肉、香菇、胡蘿蔔、蔥花) | v | v | v | v |
| 9/24(二) | 白飯 滷肉燥(豬絞肉、冬瓜、鳥蛋、胡蘿蔔、油豆腐、貢丸) | 味噌鯛魚豆腐湯 | 木瓜 | 蛋餅 牛奶 | v | v | v | v |
| 9/25(三) | 茄汁魚湯麵香菇、胡蘿蔔、魚罐頭虱目魚丸、、韭菜 |  | 火龍果 | 鮮肉包 菊花茶 | v | v | v | v |
| 9/26(四) | 白飯 滷瓜仔雞(醬瓜、雞肉、麵輪)煎海菜蛋(海菜、蛋)炒高麗菜(高麗菜、胡蘿蔔、木耳) | 魩仔魚豆腐湯 | 木瓜 | 綠豆薏仁 | v | v | v | v |
| 9/27(五) | 廣東粥胡蘿蔔、豬絞肉、芹菜、玉米粒、香菇、油條 |  | 蘋果 | 原味豆花 | v | v | v | v |
| 9/30(一) | 高麗菜粥胡蘿蔔、豬絞肉、香菇、高麗菜、芹菜  |  | 芭樂 | 蘋果麵包 牛奶 | v | v | v | v |

※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！

(易引起過敏的食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品)

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**