

雙連幼兒園 115 年 8 月份餐點表

| 日期 | 星期 | 早點心          | 午餐                             | 下午點心          | 餐點類別檢核 |      |    |    |
|----|----|--------------|--------------------------------|---------------|--------|------|----|----|
|    |    |              |                                |               | 全穀雜糧   | 豆魚蛋肉 | 蔬菜 | 水果 |
| 3  | 一  | 奶油小布利麵包      | 咖哩馬鈴薯、雙蔥炒蛋、蕃茄魚丸湯<br>青菜-、水果-    | 綠豆沙西米露        | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 4  | 二  | 葡萄乾小米粥       | 醬燒黃金魚塊、西魯菜、黃豆芽湯<br>青菜-、水果-     | 奶油義大利麵        | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 5  | 三  | 紫菜蛋花湯        | 滷肉飯、炒三絲、金針花湯<br>青菜-、水果-        | 高纖餅乾<br>低糖優酪乳 | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 6  | 四  | 毛豆、水果        | 叉燒肉、味噌南瓜、絲瓜湯<br>青菜-、水果-        | 檸檬愛玉山粉圓       | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 7  | 五  | 香菇筍絲瘦肉粥      | 三杯雞、燉香菇豆腐、牛蒡湯<br>青菜-、水果-       | 芝麻包           | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 10 | 一  | 蔓越莓燕麥奶       | 綠花椰拌玉米筍、菜脯炒蛋、海帶芽雞肉湯<br>青菜-、水果- | 芋頭鹹粥          | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 11 | 二  | 味噌青菜蛋花湯      | 筍絲炒肉絲、家常豆腐、菇菇湯<br>青菜-、水果-      | 小蛋塔           | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 12 | 三  | 慶生蛋糕         | 親子丼、南瓜湯<br>青菜-、水果-             | 關東煮           | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 13 | 四  | 客家米苔目        | 茄汁雞丁、螞蟻上樹、蔬菜湯<br>青菜-、水果-       | 冬瓜仙草蜜         | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 14 | 五  | 玉米雞肉粥        | 打拋豬、照燒豆腐、山藥枸杞湯<br>青菜-、水果-      | 古早味肉包         | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 17 | 一  | 桂圓枸杞麥片       | 麵輪燴針菇、日式蒸蛋、肉羹湯<br>青菜-、水果-      | 吻仔魚菇菇湯        | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 18 | 二  | 蔬菜蛋花粥        | 蘿蔔燒肉、杏鮑菇油豆腐、蕃茄湯<br>青菜-、水果-     | 菜脯餅<br>甘蔗檸檬   | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 19 | 三  | 蘿蔔糕湯         | 咖哩飯、味噌湯<br>青菜-、水果-             | 日式拉麵          | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 20 | 四  | 水煮蛋、水果       | 醬爆雞丁、西芹炒干絲、木耳針菇湯<br>青菜-、水果-    | 冰心地瓜          | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 21 | 五  | 葡萄土司<br>低糖豆漿 | 糖醋肉、豆瓣豆腐、黃豆芽湯<br>青菜-、水果-       | 銀絲捲           | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 24 | 一  | 豆皮細粉         | 紅燒烤麩塊、刈薯炒蛋、洋蔥雞肉湯<br>青菜-、水果-    | 紅豆紫米湯         | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 25 | 二  | 紅藜麥餅<br>牛奶   | 玉米雞丁、珍珠丸子、筍絲湯<br>青菜-、水果-       | 鍋燒烏龍麵         | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 26 | 三  | 綠豆薏仁         | 什錦炒飯、紫菜湯<br>青菜-、水果-            | 杯子蛋糕          | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 27 | 四  | 南瓜麵線         | 義式烤雞、南瓜燴豆腐、白菜湯<br>青菜-、水果-      | 黑糖米苔目         | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 28 | 五  | 山藥麥片粥        | 京醬肉絲、蛋酥西魯菜、大黃瓜湯<br>青菜-、水果-     | 奶黃包           | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |
| 31 | 一  | 百合蛋糕         | 雙菇油豆腐、蠔油冬粉、玉米肉絲湯<br>青菜-、水果-    | 水餃            | ✓      | ✓    | ✓  | ✓  |

◎每週安排兩次五穀雜糧飯，週一推行蔬食餐。

◎餐點完全不添加味精，並以少油、少鹽、低糖為原則。

◎全面使用台灣豬肉，食品皆為知名廠牌之產品。

◎本餐點表若因時令或配合活動時，可能稍作更改，敬請見諒。

承辦：

主任：

園長：