



# 鳴遠幼兒園九月份營養餐點表 113. 9. 1-113. 9. 30



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
2	一	芋頭鮮蔬粥	五穀飯、洋蔥肉片、燴南瓜、時令青菜、山藥湯	八寶湯	✓	✓	✓	✓
3	二	烏龍麵	壽星腿庫飯、涼拌小黃瓜、玉米湯	芋頭瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
4	三	蘿蔔糕湯	五穀飯、瓜子肉、玉米蛋、時令青菜、馬鈴薯湯	湯餃麵	✓	✓	✓	✓
5	四	冬菜冬粉湯	五穀飯、馬鈴薯燒肉、銀芽三絲、時令青菜、黃瓜湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
6	五	香菇麵線	五穀飯、香酥魚塊、冬瓜燴香菇、時令青菜、牛蒡湯	翡翠鮮菇粥	✓	✓	✓	✓
9	一	米粉湯	五穀飯、瓜子肉燥、五香豆乾、時令青菜、金針湯	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
10	二	吻魚翡翠粥	肉絲蛋炒飯、時令青菜、竹筍湯	鮮菇蔬菜麵	✓	✓	✓	✓
11	三	米苔目鹹湯	五穀飯、蘿蔔燒肉、炒肉絲冬粉、時令青菜、冬瓜湯	香菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
12	四	絲瓜麵線	五穀飯、菇菇炒肉片、毛豆燴豆腐、時令青菜、海帶芽湯	豆花甜湯	✓	✓	✓	✓
13	五	營養穀片、牛奶	五穀飯、糖醋魚、洋蔥炒蛋、時令青菜、雙色蘿蔔湯	鮮菇雞蛋麵	✓	✓	✓	✓
16	一	南瓜瘦肉湯	五穀飯、馬鈴薯燉肉、番茄炒蛋、時令青菜、海帶結湯	香菇蕃茄麵	✓	✓	✓	✓
17	二	中秋節假期 放假一天			✓	✓	✓	✓
18	三	蛋花冬粉湯	五穀飯、瓜仔肉、豆干炒四季豆、時令青菜、南瓜湯	紅豆紫米湯	✓	✓	✓	✓
19	四	香菇意麵	五穀飯、冬瓜滷肉、菜脯蛋、時令青菜、海帶芽湯	關東煮	✓	✓	✓	✓
20	五	吻魚鮮粥	五穀飯、柳葉魚、菇菇燴黃瓜、時令青菜、玉米濃湯	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
23	一	鮮蔬肉絲麵	五穀飯、蔥爆肉絲、滷油豆腐、時令青菜、大黃瓜湯	小饅頭、養生茶	✓	✓	✓	✓
24	二	芋頭鮮蔬粥	香菇肉絲炒麵、時令青菜、玉米蛋花湯	鮮菇蔬菜麵	✓	✓	✓	✓
25	三	蛋花冬粉湯	五穀飯、番茄燉肉、蔥花炒蛋、時令青菜、金針湯	香菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
26	四	營養米苔目	五穀飯、馬鈴薯燒肉、菇菇炒豆腐、時令青菜、豆腐湯	吐司牛奶	✓	✓	✓	✓
27	五	南瓜瘦肉粥	五穀飯、糖醋魚、芹菜炒豆干、時令青菜、蘿蔔湯	鮮菇雞蛋麵	✓	✓	✓	✓
30	一	營養穀片、牛奶	五穀飯、紅燒扣肉、玉米炒蛋、時令青菜、馬鈴薯湯	地瓜綠豆湯	✓	✓	✓	✓

※餐後附有水果；餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所更動。

※【本園肉類食材採用國內在地肉品，向芬芳食材供應商採買！特此告知！】

\*本園一律使用國產豬、牛肉食材

\*本園未使用輻射污染食品