

嘉基幼兒園113年8月餐點表

第一週	星期	早點	午餐		午點	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
			主食	主菜、副菜、湯品					
8/1	四	黑糖饅頭/牛奶	白米飯	蘿蔔魯肉、蜜汁豆干、時令蔬菜、海帶芽湯	綠豆地瓜湯	●	●	●	●
8/2	五	時蔬雞絲麵	燕麥飯	油豆腐肉燥、洋蔥炒蛋、芹香時蔬、山藥排骨湯	蔥油餅/無糖麥茶	●	●	●	●
第二週	星期	早點	主食	午餐	午點	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
8/5	一	鍋燒意麵	燕麥飯	油蔥雞絲飯、滷蛋滷豆腐、蒜香高麗菜、金針肉絲湯	紅豆紫米甜湯	●	●	●	●
8/6	二	果醬土司/牛奶	白米飯	馬鈴薯燉肉、銀芽炒鮮菇、時令蔬菜、蘿蔔魚丸湯	芹香肉末粥	●	●	●	●
8/7	三	山藥肉末粥	麵食	白醬甜菇義大利麵、彩蔬烘蛋(紅蘿蔔、洋蔥)、時令蔬菜、玉米濃湯	烤饅頭/豆漿	●	●	●	●
8/8	四	五穀饅頭/牛奶	五穀飯	銀芽鐵板魚、炒腐皮粉絲、季節蔬菜、竹筍肉絲湯	日式拉麵	●	●	●	●
8/9	五	翡翠吻魚羹	白米飯	南瓜燉肉、香煎豆腐、季節蔬菜、黃瓜魚丸湯	紅豆大餅/枸杞茶	●	●	●	●
第三週	星期	早點	主食	午餐	午點	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
8/12	一	番茄蔬菜麵	白米飯	糖醋雞柳、蒜香筍鮮菇、時令蔬菜、蓮藕排骨湯	香芹鮪魚粥	●	●	●	●
8/13	二	夾蛋土司/牛奶	燕麥飯	梅干燉肉、蒜炒三絲(木耳、紅蘿蔔絲、筍絲)、季節蔬菜、紫菜蛋花湯	味噌拉麵	●	●	●	●
8/14	三	蔬菜玉米粥	麵食	南瓜炒米粉(高麗菜、香菇、南瓜、木耳、紅蘿蔔絲、洋蔥)、時令蔬菜、蒜頭雞湯	清涼仙草蜜	●	●	●	●
8/15	四	芋頭包/牛奶	五穀飯	紅燒魚片、蜜汁甜不辣、季節蔬菜、味噌海芽湯	芋香粉絲湯	●	●	●	●
8/16	五	當歸麵線	白米飯	蔴瓜肉燥、大黃瓜燴貢丸、蒜香時蔬、冬瓜排骨湯	綠豆薏仁湯	●	●	●	●
第四週	星期	早點	主食	午餐	午點	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
8/19	一	芋香雞茸粥	藜麥飯	咖哩雞丁(洋蔥、馬鈴薯、紅蘿蔔、雞肉)、時令蔬菜、冬瓜排骨湯	台式陽春麵	●	●	●	●
8/20	二	果醬土司/牛奶	燕麥飯	洋蔥鐵板豬柳、番茄炒蛋、時令蔬菜、金針肉絲湯	蔥油餅/無糖麥茶	●	●	●	●
8/21	三	絲瓜麵線	白米飯	醬滷豆包、毛豆炒杏菇、季節蔬菜、蘿蔔排骨湯	南瓜雞肉粥	●	●	●	●
8/22	四	螺絲捲/牛奶	藜麥飯	鐵板洋蔥魚片、絲瓜蛤蜊、時令蔬菜、鳳梨苦瓜雞湯	什錦蔬菜麵	●	●	●	●
8/23	五	白菜滑蛋餛飩湯	白米飯	香菇瓜仔肉、螞蟻上樹、季節蔬菜、味噌豆腐湯	紅豆豆花湯	●	●	●	●
第五週	星期	早點	主食	午餐	午點	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
8/26	一	地瓜稀飯	白米飯	蔥爆雞丁、鮮菇炒黃瓜、時令蔬菜、筍絲排骨湯	日式關東煮	●	●	●	●
8/27	二	果醬吐司/牛奶	藜麥飯	和風燒肉、蔥燒豆腐、季節蔬菜、紫菜蛋花湯	鬆餅/枸杞茶	●	●	●	●
8/28	三	蔬菜豆簽麵	五穀飯	香菇滷豆輪、黃瓜炒木耳、時蔬青菜、味噌豆腐湯	筍絲鹹粥	●	●	●	●
8/29	四	黑糖饅頭/牛奶	燕麥飯	茄汁魚片、開陽白菜、有機蔬菜、蓮藕排骨湯	鍋燒雞絲麵	●	●	●	●
8/30	五	翡翠豆腐羹	白米飯	打拋豬、蒜炒紅絲、季節蔬菜、冬瓜排骨湯	綠豆地瓜湯	●	●	●	●

※本菜單標示注意易引起過敏的食物 如：牛奶、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。若幼兒對上述之食物過敏，請務必通知園所

※每日午點提供季節時令水果，每週三的午餐為蔬果餐

※本餐點表因時令季節因素及廠商供需無法供應原定餐點時，以當日食物為準

※本園使用的豬肉品皆為國產豬

