

# 安康幼兒園111年8月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
第一週	8/1	週一	(4)水果	(1,2,3)酸菜肉絲麵、(4)附餐水果	(1,2)南瓜玉米粥
	8/2	週二	(1,2)紅豆西米露	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1,3)香菇米粉湯
	8/3	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(3)青菜、(2,3)瓜仔肉、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	8/4	週四	(1,2)薏仁燕麥片	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1)綠豆湯
	8/5	週五	(4)水果	(1,2,3)魚丸麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
第二週	8/8	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)日式拉麵、(4)附餐水果	(1,2)綠豆西米露
	8/9	週二	(1,2)牛奶麥片	(1,2,3)香菇蔬菜粥、(4)附餐水果	仙草蜜
	8/10	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(4)附餐水果	(1,2)肉包、(2)豆漿
	8/11	週四	(1,2)薏仁燕麥片	(1,2,3)蒜味義大利麵、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1,2)紅豆紫米粥
	8/12	週五	(4)水果	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1,3)青菜鮮菇冬粉
第三週	8/15	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	8/16	週二	(1)紅豆湯	(1,2,3)廣東粥、(3)海帶銀芽湯、(4)附餐水果	檸檬愛玉
	8/17	週三	(4)水果	(1,2,3)炒麵、(2,3)魚丸湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	8/18	週四	(1,2)薏仁湯	(1,2,3)照燒雞丁飯、(3)青菜、(3)金針湯、(4)附餐水果	(2)綠豆湯
	8/19	週五	(4)水果	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(4)附餐水果	(1,3)絲瓜粥
第四週	8/22	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)滑蛋瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2)紅豆QQ
	8/23	週二	(1,2)地瓜西米露	(1,2,3)鮮菇燴飯、(3)海帶蛋花湯、(4)附餐水果	仙草蜜
	8/24	週三	(4)水果	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1,2)芋頭包、(2)豆漿
	8/25	週四	(1,2)牛奶燕麥片	(1)糙米飯、(2,3)瓜仔肉、(3)青菜、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1,3)什錦米粉湯
	8/26	週五	(4)水果	(1,2,3)魚丸什錦湯麵、(4)附餐水果	(1,2,3)絲瓜瘦肉粥
第五週	8/29	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)瓠瓜瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2)紅豆西米露
	8/30	週二	(1,2)牛奶燕麥片	(1,2,3)蒜味義大利麵、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1,3)玉米蔬菜粥
	8/31	週三	(4)水果	(1,2,3)洋蔥咖哩雞飯、(3)青菜、(3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1)鮮奶饅頭、(2)豆漿
	9/1	週四	(1)地瓜綠豆湯	(1,2,3)大滷麵、(2)健康堅果、(4)附餐水果	(1)小米粥
	9/2	週五	(4)水果	(1,2,3)香菇雞肉粥、(4)附餐水果	檸檬愛玉

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材