

# 安康幼兒園111年9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	8/29	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、(3)海帶湯、(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)金針湯、(4)附餐水果	(1)鮮奶饅頭、(2)豆漿
	9/1	週四	(1)地瓜QQ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)香菇素肉粥、(4)附餐水果	(3)銀耳枸杞甜湯
第二週	9/5	週一	(1,2)牛奶麥片	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1,2)紅豆湯圓
	9/6	週二	(3)玉米濃湯	(1,2,3)鮮菇豬肉粥、(4)附餐水果	(1,3)香菇青菜拌麵
	9/7	週三	(4)水果	(1,2,3)玉米蛋炒飯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	9/8	週四	(1,2)地瓜綠豆湯	(1,2,3)什錦味噌拉麵、(4)附餐水果	檸檬愛玉
	9/9	週五	中秋節連假		
第三週	9/12	週一	(2)綠豆湯	(1,2,3)瓠瓜瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,3)米粉湯
	9/13	週二	(1)薏仁湯	(1,2,3)鮮菇肉末燴飯、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1,2)紅豆西米露
	9/14	週三	(4)水果	(1,2,3)酸辣麵、(4)附餐水果	(1,2)肉包、(2)豆漿
	9/15	週四	(1,2)牛奶脆片	(1)糙米飯、(2,3)瓜子肉、(3)青菜、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	玉米粥
	9/16	週五	(4)水果	(1,2,3)肉羹麵、(4)附餐水果	(1,3)廣東粥
第四週	9/19	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	9/20	週二	(1,2)薏仁湯	(1,2,3)廣東粥、(3)青菜、(3)金針湯、(4)附餐水果	(2)綠豆湯
	9/21	週三	(4)水果	(1,2,3)咖哩飯、(2,3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1)吐司、麥茶
	9/22	週四	(1,2)地瓜紅豆湯	(1,2,3)日式拉麵(肉片、青菜、海帶)、(4)附餐水果	檸檬愛玉
	9/23	週五	(4)水果	(1,2,3)鮮菇瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2)綠豆西米露
第五週	9/26	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)水餃、(2,3)酸辣湯、(4)附餐水果	(2)紅豆湯
	9/27	週二	(1,2)地瓜西米露	(1,2,3)蒜香義大利麵、(1,2)玉米濃湯、(4)附餐水果	(1)玉米粥
	9/28	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(2,3)瓜子肉、(3)青菜、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)鮮奶饅頭、(2)豆漿
	9/29	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	仙草蜜
	9/30	週五	(4)水果	(1,2,3)滑蛋瘦肉粥、(4)附餐水果	(1,2)綠豆西米露

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