**嘉義縣私立資優生幼兒園110學年度第二學期 月份餐點表**

**110 年 9 月 1 日~110年 9 月 30 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 1 | 三 | 芋香包、  養生茶 | 香菇白玉肉羹飯、  海帶根滷豆干 | 綠豆紅薯湯、  芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 2 | 四 | 草莓吐司、  豆漿 | 古早味炒冬粉，蕃茄蛋花排骨湯 | 紅豆西米露、  鳳梨 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 3 | 五 | 粿仔湯 | 榨菜豆干炒肉絲、金沙豆腐、炒絲瓜、冬瓜薑絲湯 | 仙草蜜、火龍果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 一 | 高麗菜肉末粥 | 茄汁毛豆蛋炒飯、照燒豬肉、  蓮藕排骨湯 | 山粉圓、蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 二 | 雞絲麵 | 香煎豬排、豆干丁炒雪裡紅、  蒸蛋、味増小魚洋蔥湯 | 小豆沙包、  麥茶、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 三 | 花捲、阿華田 | 麻婆豆腐、九層塔炒蛋、紫菜魚丸湯 | 雞絲麵、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 9 | 四 | 花生吐司、  豆漿 | 絲瓜肉絲干貝粥、甜椒炒雞肉丁 | 古早味粉圓、芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 五 | 絲瓜豆簽羹 | 麵輪滷肉、糖醋豆包、培根炒青江菜、蘿蔔排骨湯 | 紅豆薏仁湯、  火龍果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 六 | 牛奶燕麥粥 | 珈哩豬肉飯、紫菜蛋花湯 | 小籠包、蜜茶、  蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 一 | 什錦蔬菜粥 | 義大利肉醬捲麵、小餐包、  玉米濃湯 | 檸檬愛玉、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 二 | 花捲、米漿 | 台式打拋豬、淡味酸菜、豆腐海帶芽味增湯 | 菠蘿麵包、  麥茶、芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 15 | 三 | 原味脆片、  草莓牛奶 | 洋蔥豬肉燴飯，牛蒡甜不辣  金針排骨湯 | 肉燥湯麵、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 四 | 雞蛋吐司、  豆漿 | 黃金粥、肉鬆、醬燒豆腐、  胡瓜炒肉絲 | 關東煮、鳳梨 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 五 | 薯餅、桂圓茶 | 茄汁魚柳、番茄蛋炒豆腐、絲瓜炒鮮菇、筍絲排骨湯 | 全麥饅頭、  阿華田、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 22 | 三 | 玉米吻仔魚粥 | 鍋燒意麵 、杏包菇香腸 | 仙草蜜、火龍果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 四 | 黑糖饅頭、豆漿 | 白玉香菇瘦肉粥、杏苞菇丸子 | 茶葉蛋、菊花茶、芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 五 | 喜瑞爾巧克力脆片、芋頭牛奶 | 刈包、白菜豆腐湯 | 珍珠牛奶、蘋果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 一 | 香菇雞茸粥 | 什錦炒米粉、當歸排骨湯 | 小菜包、麥茶、香蕉 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 二 | 蔬菜餛飩湯 | 瓜仔雞、花生麵筋、紅蘿蔔炒蛋、大黃瓜小丸子湯 | 大麵羹、木瓜 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 29 | 三 | 小肉包、  紐西蘭牛奶 | 炒客家粄條、牛蒡玉米排骨湯 | 綠豆粉條、芭樂 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 四 | 巧克力吐司、豆漿 | 皮蛋瘦肉粥、蒜味香腸 | 蛋捲、養生茶、火龍果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**