**嘉義縣私立資優生幼兒園113學年度第一學期 8月份餐點表**

 **113年 8 月 1日~113年 8 月 31 日**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  **日期** |  **早 餐** | **午 餐** | **下 午 點 心** | **自 我 檢 核** |
| 1 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 麵輪滷肉、紅燒豆腐、魚板鮮姑炒小黃瓜、蘿蔔貢丸湯＊ | 螺絲捲、牛奶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 2 | 五 | 喜瑞爾、雞蛋牛奶 | 豬肉水餃、淡味酸辣湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 一 | 虱目魚皮粥 | 糖醋魚柳、雪菜炒豆干丁、蝦米炒豆薯絲、蕃茄排骨湯  | 紅豆西米露、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 二 | 薯餅、麥茶 | 紅醬蘑菇義大利麵、九層塔炒蛋、玉米濃湯 ✽ | 米苔目湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 三 | 蘿蔔糕湯 | 香菇肉燥、紅燒百頁豆腐、韭菜炒蛋、蛤蠣冬瓜湯 ＊  | 小黑糖饅頭、菊花茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 中式打拋豬、洋蔥炒蛋、銀魚海帶芽湯 ✽ | 粉粿、水果  | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 9 | 五 | 燕麥牛奶粥 | 洋蔥珍菇豬柳燴飯、當歸麵輪雞湯  | 貢丸米粉湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 一 | 什錦蔬菜粥 | 冬瓜滷肉、鳳梨木耳筍片、吻仔魚炒蛋、蓮藕排骨湯 ＊ | 小豆沙包、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 二 | 豬肉河粉 | 什錦炒麵、紫菜蛋花湯＊ | 檸檬愛玉、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 三 | 青菜湯餃 | 肉燥油豆腐、銀芽四季豆、酸菜炒麵輪、小魚干洋蔥味增湯 | 古早味粉圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 15 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 咖哩豬肉飯、薑絲冬瓜湯✽  | 絲瓜麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 五 | 鍋燒麵 | 馬鈴薯滷肉、菜圃蛋、芹菜炒豆包、大黃瓜排骨湯 | 小雜糧饅頭、冬瓜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 一 | 玉米滑蛋粥 | 水餃、冬菜粉絲湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 二 | 絲瓜豆簽羹 | 古早味炒米粉、海帶芽丸子湯 | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 三 | 小花捲、紐西蘭牛奶 | 港式炒飯(香腸、鳳梨)、茄汁甜不辣、莧菜銀魚羹湯 ✽ | 紅豆薏仁湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 22 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 鮮蝦肉絲茄汁燴飯、日式味增湯 | 小籠包、麥茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 五 | 牛奶燕麥粥 | 毛豆乾丁炒肉末、醬燒豆包、青花椰菜炒鮮菇、金針肉絲湯 | 肉燥湯麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 一 | 吻仔魚瘦肉粥 | 香椿豬肉蛋炒飯、高麗菜炒紅蘿蔔絲、蘿蔔貢丸湯＊ | 綠豆粉絲、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 二 | 小芋頭包、麥茶 | 螞蟻上樹、牛蒡排骨湯 ✽ | 小波羅麵包、檸檬蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 三 | 喜瑞爾、麥芽牛奶 | 蔥爆雞柳、紅絲炒蛋、蝦米炒弧瓜、筍絲排骨湯  | 黑輪、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 29 | 四 | 雞蛋吐司、豆漿 | 香菇肉燥、魚板蒸蛋、干貝絲瓜、豆薯蛋花湯＊ | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 五 | 雞絲麵 | 蘿蔔滷肉、蕃茄炒蛋、蠔油筍乾、洋蔥油豆腐味增湯＊ | 鮮奶珍珠圓、水果 | ☑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。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**