

愛幼幼兒園 109 年 9 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
9/1 (二)	白吐司、玉米濃湯	營養五穀蔬菜粥(五穀米、高麗菜、蛋花、肉末)、火龍果	葡萄饅頭、蔬果湯
9/2 (三)	新鮮地瓜餅、牛奶	古早味油飯(香菇、蝦米、紅蘿蔔、青豆仁、肉燥)、水果茶	廣東瘦肉粥
9/3 (四)	台味關東煮	迎新餐會	黑糖晶露
9/4 (五)	蛋餅、南瓜濃湯	日式麻醬拌麵(小黃瓜、麻醬)、白菜鮮菇湯(小白菜、叻仔魚、秀珍菇)、木瓜	鍋燒意麵
9/7 (一)	枸杞麵線	肉鬆魯肉飯、白菜燴翅、紅蘿蔔蛋、海帶芽湯、蓮霧	五穀八寶粥
9/8 (二)	牛奶玉米脆片	麵疙瘩(白菜、鯖魚、肉燥、滷蛋)、小玉	紅豆薏仁
9/9 (三)	纖蔬總匯蛋餅	香菇八寶高麗悶飯(香菇、櫻花蝦、火腿、肉燥、紅蘿蔔、豆仁)、榨菜肉絲湯、火龍果	蔬菜土司捲、紅茶
9/10(四)	豆菜麵、紫花湯	洋蔥豬排飯、香菇清江菜、豆乾小魚、排骨玉米湯、香蕉	滑蛋菇菇粥
9/11(五)	翠玉] 餛飩湯	玉米什錦炒飯(玉米粒、火腿、蛋)、鮮甜五行湯(番茄、秋葵、金針菇、木耳、玉米)、芭樂	絲瓜麵線
9/14(一)	香酥蔥油餅、豆漿	香香白米飯、海帶咕咕蛋、炒銀芽、薑絲木須、芹香魚丸湯、木瓜	叻仔魚粥
9/15(二)	吐司夾蛋、香茅茶	纖纖筍絲粥(蝦米、紅蔥、鮮竹筍、肉燥) 芭樂	紅豆豆花
9/16(三)	酥煎蘿蔔糕、海芽湯	螞蟻上樹(木耳、冬粉、高麗菜、肉末、芝麻)、冬瓜湯、蘋果	茶葉蛋、紫菜湯
9/17(四)	山藥煎餅、牛奶	五穀米飯、玉米蔥蛋、燒豆腐、香菇炒青江、黃瓜湯、木瓜	當歸麵線
9/18(五)	茶葉蛋、味噌湯	什錦大魯麵(金針花乾、白紅蘿蔔、香菇、魚漿丸、肉漿丸、)、香蕉	五穀蔬菜粥
9/21(一)	南瓜小米養生粥	糙米飯、香腸、木耳炒蛋、香菇炒芥藍、紫菜湯、小玉	冬菜冬粉
9/22(二)	蔬菜蛋土司、豆漿	日式豬排拉麵(炸豬排、白菜、肉燥)、蓮霧	蘿蔔糕湯
9/23(三)	雞蛋五色蔬菜麵線	咖哩飯(嫩雞胸肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、鮑魚菇丁)、香瓜	莧菜銀魚雞蓉粥
9/24(四)	敲敲蛋、味噌湯漿	雞肉絲飯、蔥燒豆腐、蕃茄高麗菜、海帶芽湯、火龍果	綠豆地瓜湯
9/25(五)	地瓜煎餅、養生茶	什錦蔬菜米粉湯(豆芽菜、綠韭、肉燥、魯丸)、蘋果	日式關東煮
9/26(六)	薯泥沙拉吐司、豆漿	梅干扣肉飯、紅蘿蔔炒蛋、炒豇豆豆腐味噌湯、小番茄	雞肉冬粉
9/28(一)	台味香芋粥	五穀米飯、玉米蔥蛋、燒豆腐、肉絲炒芥藍、黃瓜湯、木瓜	滑蛋麵線
9/29(二)	法式吐司、豆漿	水餃(高麗菜、韭綠、肉末)、酸辣湯(榨菜絲、紅蘿蔔絲、酸筍、豆腐、豬血絲)、小水梨	什錦水果Q凍
9/30(三)	紫菜捲、蛋花湯	黃金粉絲(南瓜、絞肉、木耳、冬粉)、秀珍菇白菜豆腐湯、香蕉	紅豆饅頭、茶

◎為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。