**臺南市私立凱迪斯幼兒園一一三學年度第一學期九月份餐點表**

| 日期 | 星期 | 上午點心  (詳列主要食材) | 午 餐  (詳列主要食材) | | 水果  (詳列名稱) | 下午點心  (詳列主要食材) | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 2 | 一 | 果醬吐司  麥茶 | 五穀胚芽飯、洋蔥炒肉絲、  清炒空心菜、金針排骨湯 | | 木瓜 | 餅乾  決明子麥茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 3 | 二 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋.肉絲.玉米) | 白飯、滷味(海帶.麵輪.白蘿蔔.鳥蛋)、炒大陸妹、黃瓜杏菇湯 | | 蘋果 | 仙草蜜 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 4 | 三 | 翡翠  吻仔魚粥 | 親子丼飯(雞丁.洋蔥.蛋)、  炒油菜、海帶芽豆腐味噌湯 | | 芭樂 | 紅棗銀耳 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 5 | 四 | 滑蛋麵線 | 白飯、蒜香培根炒高麗菜、  三色豆炒絞肉、玉米濃湯 | | 香蕉 | 八寶粥  (綠豆.紅豆.  花豆.薏仁) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 6 | 五 | 地瓜粥  菜圃蛋 | 榨菜肉絲湯麵(麵、肉絲、  小白菜、豆芽菜、榨菜) | | 西瓜 | 檸檬愛玉 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 9 | 一 | 雞蓉  玉米粥 | 五穀胚芽飯、台式打拋豬(豬肉.菜豆.九層塔)、絲瓜炒蛋、  冬瓜排骨湯 | | 木瓜 | 紅豆薏仁 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 10 | 二 | 南瓜瘦肉粥(南瓜.絞肉.胡蘿蔔) | 台式炒麵(肉絲.豆芽菜.高麗菜.木耳.胡蘿蔔.麵)、金針菇湯 | | 蘋果 | 米苔目甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 11 | 三 | 小饅頭  紅茶 | 肉羹飯(肉羹、筍絲、大白菜、豆腐、胡蘿蔔、木耳) | | 芭樂 | 地瓜甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 12 | 四 | 鮪魚滑蛋粥 | 白飯、肉絲豆干、炒青江菜、胡蘿蔔炒蛋、蒜頭雞湯 | | 香蕉 | 蘿蔔糕湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 13 | 五 | 高麗菜  冬粉湯 | 白飯、蒜香高麗菜、小黃瓜炒黑輪、京醬肉絲、貢丸湯 | | 西瓜 | 關東煮  (米血.甜不辣.白蘿蔔) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 16 | 一 | 小饅頭  豆漿 | 水餃(高麗菜、豬肉、蔥)、  青菜豆腐湯(小白菜、豆腐) | | 木瓜 | 黑糖粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 17 | 二 | **中秋節放假** | | | | | | | | |
| 18 | 三 | 香菇  玉米粥 | | 咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、馬鈴薯、胡蘿蔔)、紫菜蛋花湯 | 芭樂 | 米粉湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 19 | 四 | 小米粥  蔥花蛋 | | 香菇肉燥飯(香菇.絞肉)、蒜香地瓜葉、不酸不辣湯(胡蘿蔔.豆腐.筍絲.木耳) | 香蕉 | 薯條  紅茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 20 | 五 | 肉鬆地瓜粥 | | 茄汁義大利麵(絞肉.番茄.  蘑菇)、炒青江菜、  玉米濃湯(玉米.胡蘿蔔.蛋) | 西瓜 | 餛飩湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 23 | 一 | 小饅頭  麥茶 | | 五穀胚芽飯、豆芽菜炒韭菜、  百頁燒肉、芹香魚丸湯 | 木瓜 | 紅豆紫米 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 24 | 二 | 魚片蔬菜粥  (鯛魚.高麗菜) | | 鍋燒烏龍麵(肉絲、火鍋料、小白菜、高麗菜、蛤蜊、金針菇) | 蘋果 | 綠豆粉角 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 25 | 三 | 蔬菜肉末粥(高麗菜.絞肉) | | 魚羹飯(魚羹.筍絲.大白菜.  肉絲.豆腐.胡蘿蔔) | 芭樂 | 芋圓甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 26 | 四 | 古早味鹹粥 (高麗菜.豬絞肉.香菇) | | 白飯、螞蟻上樹(冬粉.絞肉.  胡蘿蔔.高麗菜)、  毛豆炒蛋、貢丸湯 | 香蕉 | 山粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 27 | 五 | 香鬆拌飯  紫菜湯 | | 白飯、麻婆豆腐、三杯菇姑雞(杏鮑菇.雞肉)、番茄黃豆芽湯 | 西瓜 | 肉羹雞絲麵 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 30 | 一 | 絲瓜麵線(絲瓜.蛋.麵線) | | 五穀胚芽飯、韭菜炒蛋、  蔥爆豬柳、海帶芽豆腐湯 | 木瓜 | 芋頭西米露 | **V** | **V** | **V** | **V** |

2

承辦人：林育嫺 園長/負責人：陳雪芬

◎週四午餐提供健康五穀雜糧及有機蔬菜。 本園一律使用國產(台灣)豬肉；不使用味精