臺南市私立上恩幼兒園111學年度 第二學期 八月份餐點表

| 日期 | 星期 | 早 餐 | 午 餐 | 水果 | 下午點心 | 五穀根莖類 | 魚肉蛋奶 | 蔬菜類 | 水果類 |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | 二 | 藍莓吐司+牛奶 | **夏威夷炒飯**洋蔥.玉米.青豆.香腸.鳳梨**金針花肉絲湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **2** | 三 | 沙拉蛋吐司+豆漿 | **榨菜肉絲麵**（榨菜.肉絲.魯丸.拉麵） | 火龍果 | 布丁 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **3** | 四 | 皮蛋瘦肉粥 | **海鮮燴飯**(花枝.鳥蛋.竹筍.魷魚.紅蘿蔔.高麗菜) | 芒果 | 神仙蛋 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **4** | 五 | 黑糖饅頭+豆漿 | **義大利通心粉**（絞肉.洋蔥.玉米.青豆.通心粉.） | 木瓜 | 蘋果麵包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **7** | 一 | 清粥小菜 | **麻醬麵**(麵.麻醬.豆芽菜.滷丸子) **黃瓜魚丸湯** | 鳳梨 | 餛飩湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **8** | 二 | 草莓吐司+牛奶 | **漢堡**(蛋沙拉.豬肉排.小黃瓜)**翡翠羹湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **9** | 三 | 起司吐司+豆漿 | **什錦炒飯**洋蔥.玉米.青豆.火腿肉絲.飯**紫菜蛋花湯** | 火龍果 | 紅豆湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **10** | 四 | 吻魚蔬菜粥 | **油飯**(肉絲.香菇.毛豆.米)**蔬菜湯** | 蘋果 | 手工甜不辣 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **11** | 五 | 三角葡萄乾鰻頭+豆漿 |  **豬柳燴飯**豬肉.香菇.金針菇.杏鮑菇.紅蘿蔔.白飯 | 木瓜 | 草莓麵包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **14** | 一 | 清粥小菜 | **什錦炒麵**(絞肉.玉米.洋蔥.毛豆.麵)**味噌豆腐湯** | 鳳梨 | 馬鈴薯玉米濃湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **15** | 二 | 花生吐司+牛奶 | **鮪魚炒飯**（鮪魚.玉米.洋蔥.青豆.雞蛋.白飯）**番茄蔬菜湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **16** | 三 | 肉鬆吐司+豆漿 | **鴨肉冬粉湯**（鴨肉.冬粉.鹹菜)  | 火龍果 | 檸檬愛玉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **17** | 四 | 南瓜肉末粥 | **菇菇燴飯**豬肉.香菇.金針菇.杏鮑菇.紅蘿蔔.飯 | 芒果 | 甜玉米 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **18** | 五 | 小肉包+豆漿 | **奶油鐵板麵**（玉米.紅蘿蔔.青豆.洋蔥.） **奶油玉米濃湯** | 木瓜 | 珍珠麵包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **21** | 一 | 清粥小菜 | **水餃****紫菜蛋花湯** | 鳳梨 | 關東煮 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **22** | 二 | 奶酥吐司+牛奶 | **培根炒飯**(培根.玉米.洋蔥.青豆.飯）**金針排骨湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **23** | 三 | 鮪魚吐司+豆漿 | **鍋燒意麵**(肉片.火鍋料.白菜.意麵） | 火龍果 | 綠豆湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **24** | 四 | 雞蓉玉米粥 | **雞肉咖哩飯**(雞肉.紅蘿蔔.洋蔥.青豆.咖哩.飯) | 芒果 | 雞塊 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **25** | 五 | 草莓饅頭+豆漿 | **涼麵**(麵條.小黃瓜絲.豆芽菜)**芹菜魚丸湯** | 木瓜 | 小叮噹麵包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **28** | 一 | 清粥小菜 | **紅燒排骨麵** （排骨.紅蘿蔔.白蘿蔔.高麗菜.拉麵） | 芒果 | 魚羹湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **29** | 二 | 芝麻吐司+牛奶 | **雞肉蛋炒飯**（雞肉.玉米.洋蔥.青豆.蛋.飯）**味噌豆腐湯** |  | 香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **30** | 三 | 沙拉蛋吐司+豆漿 | **自助餐**-(筍干爌肉.青菜.白飯)**海帶蛋花湯** | 鳳梨 | 仙草凍 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| **31** | 四 | 瓠瓜蝦米粥 | **炒冬粉**（肉絲、胡蘿蔔、白菜、冬粉）**洋蔥蛋花湯** | 芭樂 | 海苔飯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

 **★本園不使用牛肉，一律使用國產豬肉、雞肉、鴨肉。**

 **※每日餐後「水果」如有更換以當令水果為主。**

 **※週二~自助餐「炒蔬菜」如有更換以當季蔬菜為主**

 **製表人：陳芳芳 廚師:陳淑芬**