基隆市立安心幼兒園 115 年 8 月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀雜糧	豆魚肉蛋	蔬菜	水果
3	一	黑糖饅頭/香醇牛奶	五行燴飯			季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	榨菜冬粉湯	◆	◆	◆	◆
4	二	廣東粥	芝麻飯	日式壽喜燒	什錦炒玉米筍	季節鮮蔬	番茄豆腐蛋花湯	時令水果	蒸馬鈴薯	◆	◆	◆	◆
5	三	炸醬麵	糙米飯	照燒雞	毛豆炒豆干	季節鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	仙草蜜	◆	◆	◆	◆
6	四	紅豆麵包	蕎麥飯	泰式打拋豬	三色蛋	季節鮮蔬	蘑菇濃湯	時令水果	蔥油餅	◆	◆	◆	◆
7	五	肉絲湯麵	薏仁飯	鳳梨糖醋魚	鮮菇燴絲瓜	季節鮮蔬	玉米雞湯	時令水果	小籠包	◆	◆	◆	◆
10	一	蔥花捲/香醇牛奶	蔬菜拌炒冬粉			季節鮮蔬	羅宋湯	時令水果	大滷麵	◆	◆	◆	◆
11	二	吻仔魚瘦肉粥	五穀飯	香菇肉燥	魯大白菜	季節鮮蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	蒸番薯	◆	◆	◆	◆
12	三	木須炒麵	燕麥飯	滷雞腿	韭香豆芽	季節鮮蔬	甜不辣蘿蔔排骨湯	時令水果	綠豆薏仁湯	◆	◆	◆	◆
13	四	慶生蛋糕/紅棗茶	紫米飯	咕咾肉	九層塔煎蛋	季節鮮蔬	南瓜濃湯	時令水果	滷味	◆	◆	◆	◆
14	五	絲瓜麵線	紅藜飯	奶油鮭魚	雲耳蒲瓜	季節鮮蔬	香菇雞湯	時令水果	芋泥包	◆	◆	◆	◆
17	一	菜包/香醇牛奶	番茄蛋炒飯			季節鮮蔬	洋蔥馬鈴薯湯	時令水果	咖哩米粉湯	◆	◆	◆	◆
18	二	香菇玉米粥	小米飯	蘿蔔燉肉	海帶干絲	季節鮮蔬	青菜蛋花湯	時令水果	蒸蘿蔔糕	◆	◆	◆	◆
19	三	肉燥乾拌雞蛋麵	芝麻飯	醬爆雞丁	京燒豆腐	季節鮮蔬	竹筍排骨湯	時令水果	雙圓甜湯	◆	◆	◆	◆
20	四	蔓越莓麵包	糙米飯	瓜仔肉	洋蔥炒蛋	季節鮮蔬	什錦鮮菇湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
21	五	沙茶冬粉湯	燕麥飯	茄汁鱸魚	紅燒冬瓜	季節鮮蔬	蒜頭雞湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆
24	一	全麥饅頭/香醇牛奶	奶香青醬義大利麵			季節鮮蔬	味噌豆腐湯	時令水果	滑蛋雞絲麵	◆	◆	◆	◆
25	二	竹筍鹹粥	薏仁飯	紅燒獅子頭	蒜香花椰菜	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	香Q玉米	◆	◆	◆	◆
26	三	炒米粉	五穀飯	三杯雞腿肉	什錦四季豆	季節鮮蔬	大黃瓜排骨湯	時令水果	黑糖豆花	◆	◆	◆	◆
27	四	鹹奶油餐包	燕麥飯	馬鈴薯燉肉	滷蛋	季節鮮蔬	番茄菇菇湯	時令水果	關東煮	◆	◆	◆	◆
28	五	教師備課日											

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。
※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。
※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。
※本園使用國產豬肉食材

承辦人：　　教保組長：