

### 三 德 幼 兒 園 八 月 份 營 養 餐 點 表 111. 8. 1-111. 8. 31

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心
1	一	銀絲卷、豆漿	白米飯、咖哩雞丁、洋蔥炒蛋、時令青菜、排骨湯、季節水果	水煮玉米
2	二	仙草蜜	白米飯、滷肉燥、小黃瓜炒甜不辣、時令青菜、鮮菇湯、時令水果	叻仔魚粥
3	三	地瓜稀飯、肉鬆	廣東燴飯、青菜、金銀蛋湯、季節水果	冬瓜西米露
4	四	洋芋濃湯	五穀飯、醬燒肉片、滷豆腐、時令青菜、百菇湯、時令水果	紅豆豆花
5	五	米苔目湯	白米飯、馬鈴薯燉雞、涼拌干絲、時令青菜、玉米濃湯、時令水果	鮮蔬濃湯
8	一	小饅頭、牛奶	白米飯、芝麻里肌、玉米炒肉茸、時令青菜、金針排骨湯、季節水果	肉羹麵
9	二	花生豆花	白米飯、紅蘿蔔馬鈴薯燉肉、三杯油豆腐、時令青菜、金針湯、季節水果	玉米蔬菜粥
10	三	蛋餅、牛奶	義大利肉醬麵、海芽蛋花湯、季節水果	玉米濃湯
11	四	糙米排骨粥	紫米飯、紅燒獅子頭、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、蘿蔔排骨湯、季節水果	地瓜 QQ 圓湯
12	五	紅豆麥片	白米飯、糖醋魚塊、香菇烤麩、時令青菜、味噌豆腐湯、季節水果	擔仔麵
15	一	麵疙瘩	白米飯、蘿蔔滷肉、什錦豆腐、時令青菜、貢丸湯、季節水果	紅豆小湯圓
16	二	芋頭肉末粥	白米飯、粉蒸排骨、螞蟻上樹、時令青菜、雙色蘿蔔湯、季節水果	牛奶果醬三明治
17	三	冰糖銀耳	酢醬麵、涼拌小黃瓜、山藥排骨湯、季節水果	什錦米粉湯
18	四	茶葉蛋冬瓜茶	紫米飯、鹹蛋蒸肉、燴白菜、時令青菜、紫菜湯、季節水果	香菇肉末粥
19	五	五彩甜湯	白米飯、蔥香叻仔魚、菇燒烤麩、時令青菜、玉米排骨湯、季節水果	絲瓜麵線
22	一	牛奶麥片	揚州蛋炒飯、醬瓜雞湯、季節水果	榨菜肉絲麵
23	二	白稀飯 花生麵筋	白米飯、香菇滑雞、高麗菜、時令青菜、黃豆芽湯、季節水果	紅豆湯
24	三	八寶粥	咖哩雞肉飯、紫菜湯、季節水果	關東煮
25	四	玉米濃湯	五穀飯、薑汁肉片、滷蛋、時令青菜、味噌豆腐湯、季節水果	QQ 湯圓
26	五	粉圓西米露	白米飯、蔥燒魚片、枸杞絲瓜、時令青菜、冬瓜排骨湯、季節水果	芋頭粥
29	一	綠豆薏仁湯	白米飯、糖醋雞丁、菜脯蛋、時令青菜、紅白蘿蔔排骨湯、季節水果	蔬菜瘦肉粥
30	二	擔仔麵	白米飯、百頁燒肉、豆包炒豆芽、時令青菜、大黃瓜丸子湯、季節水果	仙草蜜
31	三	雪耳奶露	夏威夷炒飯、冬瓜排骨湯、季節水果	什錦冬粉湯

- ☺ 每日餐點菜餚均以少油低鹽低糖為烹調原則。
- ☺ 蔬果以當令食材為主，會依需要調整，養成寶貝均衡飲食的習慣，就從不挑食開始。
- ☺ 本園食用的肉品、水果皆是國產食材。
- ☺ 餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所變動。