

三 德 幼 兒 園 九 月 份 營 養 餐 點 表 111.9.1-111.9.30

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心
1	四	翡翠肉末粥	白米飯、精燉肉燥、醬滷油豆腐、時令青菜、鮮蔬蕃茄湯、時令水果	特製蔥油餅
2	五	肉燥米粉湯	白米飯、玉米炒蛋、麻婆豆腐、時令青菜、紫菜丸子湯、時令水果	菇菇蔬菜粥
5	一	玉米濃湯粥	什錦肉絲蛋炒飯、五行蔬菜湯、時令水果	油豆腐細粉
6	二	香菇貢丸麵	白米飯、茄汁排骨、腐皮鮮菇、時令青菜、青菜豆腐湯、時令水果	綠豆麥片粥
7	三	高麗菜鹹粥	日式雞肉咖哩燴飯、味噌湯、時令水果	大滷麵
8	四	雞絲蛋麵	白米飯、馬鈴薯燉肉、豆乾三絲、時令青菜、酸辣湯、時令水果	玉米蔥花煎餅
9	五	中秋連假放假一天		
12	一	銀絲卷、麥茶	蕃茄義大利肉醬麵、玉米濃湯、時令水果	葡萄小米粥
13	二	田園肉末粥	白米飯、蒜炒雞丁、咖哩洋芋、時令青菜、三絲湯、時令水果	什錦湯麵
14	三	麵線羹	白米飯、蘿蔔燒肉、三杯杏鮑菇、時令青菜、薑絲冬瓜湯、時令水果	廣東粥
15	四	雞蓉蔬菜粥	白米飯、瓜仔肉、醬香蒸蛋、時令青菜、雙色蘿蔔湯、時令水果	地瓜煎餅
16	五	鮮蔬湯麵	白米飯、柳葉魚、開陽白菜、時令青菜、海帶芽排骨湯、時令水果	糙米排骨粥
19	一	肉燥米粉湯	白米飯、梅干扣肉、肉末粉絲煲、時令青菜、香菇雞湯、時令水果	肉末蔬菜粥
20	二	什錦蔬菜粥	香菇肉羹燴飯、青菜蛋花湯、時令水果	大滷麵
21	三	台式鹹粥	白米飯、洋蔥燉肉、豆乾三絲、時令青菜、冬瓜排骨湯、時令水果	吐司麵包、牛奶
22	四	金菇瘦肉粥	白米飯、照燒雞肉、腐皮鮮菇、時令青菜、芹香丸子湯、時令水果	肉羹麵
23	五	酸辣湯麵	壽司 DIY、味噌豆腐湯、時令水果	滑蛋菇菇粥
26	一	廣東粥	白米飯、冬瓜燒肉、螞蟻上樹、時令青菜、玉米排骨湯、時令水果	油豆腐細粉
27	二	茶葉蛋、麥茶	雞肉親子丼、五行蔬菜湯、時令水果	高麗菜肉末粥
28	三	香菇雞肉粥	白米飯、蒜泥白肉、咖哩洋芋、時令青菜、黃瓜排骨湯、時令水果	味噌拉麵
29	四	鮮蔬湯麵	白米飯、醬滷小雞腿、三杯杏鮑菇、時令青菜、酸辣湯、時令水果	蔬菜煎餅
30	五	蔬菜肉末細粉	白米飯、糖醋魚塊、綜合滷味、時令青菜、玉米排骨湯、時令水果	營養地瓜粥

- ☺ 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。