

三 德 幼 兒 園 九 月 份 營 養 餐 點 表 112.9.1~112.9.30

日 期	星 期	上午點心	午 餐	下午點心
1	五	地瓜豆花	白飯、蒜泥白肉、涼拌小黃瓜、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	雞絲麵
4	一	什錦米粉湯	白飯、馬鈴薯燉肉、螞蟻上樹、時令青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果	綠豆燕麥
5	二	小餐包、麥茶	白飯、喜相逢、蕃茄炒蛋、時令青菜、蘿蔔排骨湯、季節水果	蔬菜鹹粥
6	三	陽春麵	白飯、三杯雞丁、紅燒豆腐、時令青菜、海帶湯、季節水果	紅豆薏仁
7	四	饅頭、牛奶	雙色炒飯、山藥大骨湯、季節水果	湯餃
8	五	玉米肉末粥	白飯、醬燒雞丁、洋蔥炒蛋、時令青菜、竹筍湯、季節水果	粉圓湯
11	一	廣東粥	白飯、粉蒸排骨、韭菜炒豆皮、時令青菜、黃瓜大骨湯、季節水果	芋頭西谷米
12	二	仙草蜜	白飯、京都排骨、芹菜天婦羅、時令青菜、味噌豆腐湯、季節水果	蘿蔔糕湯
13	三	鹹米苔目	白飯、花瓜肉燥、炸豆包、時令青菜、冬瓜丸子湯、季節水果	紅豆湯
14	四	吐司、牛奶	酸辣湯餃、季節水果	肉絲冬粉
15	五	絲瓜麵線	白飯、福菜控肉、滷豆干、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	甜豆花
18	一	玉米濃湯	白飯、洋芋雞丁、甜椒雪白菇、時令青菜、芹菜貢丸湯、季節水果	仙草蜜
19	二	地瓜湯	白飯、杏鮑菇燉肉、培根高麗菜、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	吻仔魚粥
20	三	肉燥米粉	白飯、蔥燒雞丁、芹菜甜不辣、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	八寶粥
21	四	奶黃包、米漿	白飯、洋蔥炒肉片、豆干三色、時令青菜、黃瓜大骨湯、季節水果	烏龍湯麵
22	五	客家板條	白飯、糖醋魚片、螞蟻上樹、時令青菜、蕃茄豆腐湯、季節水果	銀耳蓮子湯
23	六	蔬菜濃湯	咖哩雞肉飯、紫菜蛋花湯、季節水果	豆簽麵
25	一	味噌拉麵	白飯、味噌豬肉、金菇白菜、時令青菜、芹菜魚丸湯、季節水果	紅豆紫米粥
26	二	冬瓜粉圓湯	白飯、百頁燒肉、海帶絲、時令青菜、青菜豆腐湯、季節水果	麻油乾麵線
27	三	芋頭肉末粥	白飯、花瓜燉肉、炒豆干、時令青菜、蓮藕湯、季節水果	檸檬愛玉
28	四	綠豆西米露	海鮮燴飯、薑絲冬瓜湯、季節水果	湯 餃
29	五	9/29-9/30 中秋節連假		

- ☺ 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。