

臺北市南港國小附設幼兒園 113 年 8、9 月份餐點表

日期		早 點	中 餐	午 點
8/30	五	脆皮草莓麵包	白米飯+瓜仔肉燥+紅蘿蔔蒸蛋+炒高麗菜+黃瓜排骨湯 (絞肉, 碎瓜) (雞蛋, 紅蘿蔔) (大黃瓜+軟排)	雞蛋布丁
9/02	一	芝麻包+豆漿	地瓜丁飯+玉米絞肉+番茄炒蛋+炒空心菜+冬瓜湯 (地瓜, 白飯) (玉米粒, 絞肉) (番茄, 雞蛋) (冬瓜, 薑絲, 大骨)	番茄湯刀削麵 (刀削麵, 番茄, 高麗菜)
9/03	二	燒賣+紫菜湯	白米飯+鮮蒸鮭魚+豆干炒小黃瓜+有機蔬菜+鮮菇湯 (鮭魚, 蔥絲) (豆干, 小黃瓜) (金針菇, 香菇)	什錦水果
9/04	三	慶生蛋糕 (水果蛋糕)	白米飯+豆干炒肉絲+玉米炒蛋+炒蚵白菜+貢丸蛋花湯 (豆干, 肉絲) (玉米粒, 雞蛋) (貢丸, 雞蛋)	烤小地瓜+鮮奶
9/05	四	鮮肉板條湯 (粿仔條, 絞肉, 白菜)	白米飯+黃瓜丸片+洋蔥炒蛋+有機蔬菜+海結排骨湯 (大黃瓜, 魚丸) (洋蔥, 雞蛋) (海帶節, 白蘿蔔, 小排骨)	鮮奶紅豆湯
9/06	五	廣東粥 (豬肉, 香菇, 雞蛋)	蝦仁蛋炒飯 + 醬燒雞腿肉+炒小白菜+紫菜大骨湯 (小蝦仁, 絞肉, 雞蛋) (雞腿丁) (乾紫菜, 大骨)	中華豆花
9/09	一	小奶黃包+豆漿	白米飯+三杯雞丁+魚香茄子+鮮菇高麗菜+紫菜蛋花湯 (雞胸丁) (茄子, 絞肉) (紫菜, 雞蛋, 大骨)	香菇雞湯麵 (白油麵, 香菇, 小白菜)
9/10	二	水餃+麥茶	白米飯+豆腐涼薯絞肉+柴魚蒸蛋+有機蔬菜+蛤利薑絲湯 (板豆腐, 涼薯, 絞肉) (柴魚, 雞蛋) (蛤利, 薑絲)	什錦水果
9/11	三	雞絲麵 (雞絲麵, 小白菜)	白米飯+密汁小翅腿+關東煮+炒 A 菜+香菇雞湯 (小翅腿) (黑輪, 白蘿蔔) (雞胸丁, 香菇)	蜂蜜乳酪麵包+ 鮮奶
9/12	四	絲瓜麵線 (白麵線, 絲瓜, 雞蛋)	白米飯+清蒸鱈魚+三色炒蛋+有機蔬菜+羅宋湯 (鱈魚, 薑) (玉米, 紅蘿蔔, 毛豆, 蛋) (番茄, 洋蔥)	綠豆薏仁 (綠豆, 薏仁)
9/13	五	叻仔魚莧菜粥 (叻仔魚, 白莧菜, 雞蛋)	糙米飯+軟溜雞丁+青花菜炒肉絲+炒地瓜葉+玉米濃湯 (雞肉丁, 小黃瓜, 杏鮑菇) (青花菜, 肉絲) (玉米, 馬鈴薯, 紅蘿蔔)	鮮奶酪
9/16	一	玉米脆片+鮮奶	燕麥飯+薑燒魚丁+奶油鮮蝦花菜+炒大黃瓜+鮮菇雞絲湯 (旗魚塊) (白花椰, 蝦仁) (筍絲, 香菇, 雞肉)	油腐湯細粉 (粉絲, 油豆腐)
9/17	二	中秋節假期		
9/18	三	起司捲	胚芽飯+紅燒肉角+芹香豆干+鮑菇青江菜+絲瓜蛤蜊湯 (豬肉, 杏鮑菇) (豆干, 芹菜) (絲瓜, 蛤蜊)	楓糖可頌
9/19	四	鮮蔬蘿蔔糕湯 (蘿蔔糕, 綠豆芽)	紫米飯+栗子燉雞+蒲瓜炒蛋+有機蔬菜+時蔬馬鈴薯湯 (乾栗子, 雞腿丁) (蒲瓜, 雞蛋, 玉米筍) (馬鈴薯, 洋蔥, 蘑菇)	鮮奶密仙草
9/20	五	香菇肉茸粥 (香菇, 豬絞肉)	白米飯+三杯雞肉+滷白菜+炒蘆筍+菱角排骨湯 (雞腿肉) (大白菜, 乾香菇) (菱角, 軟排)	黑糖地瓜
9/23	一	紅豆捲心饅頭+ 鮮奶	燕麥飯+蜜汁小翅腿+豆芽火腿+炒蚵白菜+大黃瓜排骨湯 (小翅腿) (豆芽菜, 火腿絲) (大黃瓜, 排骨)	肉燥米粉湯 (粗米粉, 絞肉, 綠豆芽)
9/24	二	米苔目鹹湯 (米苔目, 雞蛋, 芹菜)	白米飯+蒜香鮭魚+雪菜豆乾丁+有機蔬菜+番茄雞湯 (鮭魚) (雪菜, 豆干丁) (番茄, 雞腿丁)	什錦水果
9/25	三	原味蛋餅+蛋花湯	紫米飯+茄汁里肌+韭黃雞絲+炒鮮菇+薑絲魚湯 (里肌切片, 番茄醬) (韭黃, 雞絲) (雕魚肉)	葡萄軟法
9/26	四	鍋燒烏龍麵 (烏龍麵, 香菇)	白米飯+馬鈴薯肉末+蕃茄豆腐+有機蔬菜+珍菇三絲湯 (馬鈴薯, 豬絞肉, 紅蘿蔔) (板豆腐, 雞蛋) (金針菇, 袖珍菇, 紅蘿蔔)	紫米鮮奶紅豆湯
9/27	五	玉米肉茸粥 (豬絞肉, 玉米粒, 雞蛋)	五彩蝦仁炒飯+蔥燒嫩豆腐+小白菜+銀魚莧菜湯 (蝦仁, 甜椒) (豆腐, 青蔥) (叻仔魚, 莧菜)	小鬆餅

*餐點內容將視實際情形彈性調整

*每日皆附水果一份, 週二下午點心享用水果兩份

*如幼生有過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶和羊奶、蛋、堅果、芝麻、大豆、魚、含麩質之穀物及其製品等), 請家長通知導師特別留意, 謝謝您!