

西門國小附設幼兒園112年8-9月餐點計畫表

田欣餐點食品廠

| 日期 | 星期 | 備註 | 早點心 | | 午餐 | | | 午點心 | | 全蛋 | 油 | 鹽 | 糖 | 五香 | 辣 | 蒜 | 蔥 | 薑 | |
|-------|----|----|----------------------------|-----------------------|------------------------------------|---------------------------|-------|--------------------------|---------------------------------|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| | | | 內容 | 內容 | 內容 | 內容 | 內容 | 內容 | 內容 | | | | | | | | | | 內容 |
| 8月30日 | 三 | ★ | 油蔥飯條 飯條,肉絲S,豆芽菜,油蔥酥 | 麵條 | 什錦炒麵 | 芝麻敏豆 長豆Q,白芝麻(炒) | 季節蔬菜Q | 玉米排骨湯 玉米Q,排骨S | 奶香綠豆薏仁湯 綠豆,薏仁,奶粉 | 水果 | 6.9 | 1.8 | 1.5 | 0.2 | 1.9 | 0.1 | 501 | 705 | 742 |
| 8月31日 | 四 | ★ | 和風拉麵 拉麵,白蘿蔔,紅蘿蔔,肉片S,魚丁S | 燕麥飯 白米,燕麥 | 南洋咖哩豬 馬鈴薯Q,紅蘿蔔Q,豬肉S(燉) | 彩菇燒白菜 大白菜Q,雪白菇Q,素腰花(炒) | 有機蔬菜0 | 酸辣湯 豬血,金針菇Q,木耳Q,紅蘿蔔Q | 香菇吻魚糙米粥 香菇,吻仔魚S,糙米,白米 | 水果 | 6.2 | 2.2 | 1.8 | 0 | 2.3 | 0.1 | 105 | 675 | 711 |
| 9月1日 | 五 | ★ | 紫米蓮子湯 紫米,蓮子 | 糙米飯 白米,糙米 | 香酥魚排 魚排Q(炸) | 甜蔥炒蛋 雞蛋Q,洋蔥Q,毛豆Q(炒) | 有機蔬菜0 | 黃瓜湯 黃瓜Q,薑絲 | 埔里米粉 米粉,肉絲,高麗菜,油蔥酥 | 水果 | 6.6 | 1.6 | 1.6 | 0 | 1.9 | 0.1 | 105 | 650 | 685 |
| 9月4日 | 一 | ★ | 香椿寬粉 寬粉,肉絲S,香椿醬,油皮 | 蕎麥飯 白米,蕎麥 | 蠔油雞丁 雞丁S,九層塔Q,南瓜Q(炒) | 肉醬燒豆腐 油豆腐,絞肉S,蔥(煮) | 產銷履歷T | 三絲白菜羹 大白菜Q,木耳Q,肉絲S | 玉米干貝蔬菜粥 玉米,珠貝,小白菜,白米 | 水果 | 6.3 | 1.9 | 1.8 | 0 | 2 | 0.1 | 106 | 653 | 688 |
| 9月5日 | 二 | ★ | 筒香肉茸糙米粥 糙米,白米,竹筍,絞肉S | 胚芽米飯 白米,胚芽米 | 蒜味豬腩 豬肉S,洋蔥Q(炒) | 紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔Q,雞蛋Q(炒) | 有機蔬菜0 | 四神湯 肉片S,薏仁,淮山,芡實 | 紅豆奶香露 西谷米,紅豆,椰漿 | 水果 | 6.7 | 2 | 1.6 | 0 | 1.8 | 0.1 | 501 | 669 | 704 |
| 9月6日 | 三 | ★ | 蔬菜豆腐肉片湯 高麗菜,玉米筍,豆腐,肉片S | 糙米飯 白米,糙米 | 蔬菜炊飯 鴻喜菇Q,美白菇Q,高麗菜Q,肉絲S,紅蘿蔔Q(蒸) | 沙茶雙絲 涼薯,肉絲S(炒) | 季節蔬菜Q | 金針排骨湯 金針Q,排骨S | 魷魚羹麵線 麵線,紅蘿蔔,木耳,魷魚羹 | 水果 | 6.4 | 1.9 | 2 | 0 | 2.4 | 0.1 | 104 | 685 | 722 |
| 9月7日 | 四 | ★ | 胚芽米漿+燒賣 白米,胚芽米,花生,燒賣 | 紫米飯 紫米,白米 | 紅燒魚 水鯧Q,冬瓜Q(煮) | 蜜汁豆干 豆干,白芝麻(滷) | 有機蔬菜0 | 香菇蘿蔔湯 白蘿蔔Q,香菇Q,肉片S | 肉絲板條 板條,肉絲S,豆芽菜,油蔥酥 | 水果 | 6.2 | 1.6 | 1.7 | 0 | 2.1 | 0.1 | 106 | 637 | 670 |
| 9月8日 | 五 | ★ | 大酒麵疙瘩 麵疙瘩,肉絲,豆芽,木耳 | 小米飯 白米,小米 | 沙茶肉絲 肉絲S,油片絲(炒) | 大瓜燴魚丸 黃瓜Q,木耳Q,魚丸S(燴) | 有機蔬菜0 | 海帶絲湯 海帶絲,豆干絲 | 麥茶+烤地瓜 大麥,地瓜 | 水果 | 6.7 | 1.7 | 1.7 | 0 | 1.9 | 0.1 | 108 | 664 | 699 |
| 9月11日 | 一 | ★ | 番茄肉絲意麵 意麵,肉絲S,蚵白菜,番茄 | 五穀飯 白米,糙米,燕麥,紫米,麥片 | 滷小腿 翅小腿*2S(滷) | 玉米炒蛋 雞蛋Q,玉米粒Q(炒) | 產銷履歷T | 山藥枸杞湯 山藥Q,馬鈴薯Q,肉片S,枸杞 | 芋頭高麗菜糙米粥 芋頭,高麗菜,絞肉S,糙米,白米 | 水果 | 6.3 | 2.9 | 2.2 | 0 | 2 | 0.1 | 106 | 705 | 743 |
| 9月12日 | 二 | ★ | 黑芝麻薏仁漿+銀絲卷 薏仁,黑芝麻,銀絲捲 | 麥片飯 白米,麥片 | 京醬豬柳 豬肉S,洋蔥Q,甜椒Q(炒) | 豆干炒甜不辣 豆干,甜不辣Q(炒) | 有機蔬菜0 | 佛手瓜雞湯 佛手瓜Q,雞丁S | 菇菇肉絲麵 細麵,金針菇,肉絲 | 水果 | 6.4 | 2.4 | 1.7 | 0 | 1.9 | 0.1 | 124 | 674 | 709 |
| 9月13日 | 三 | ★ | 沙茶肉羹湯 肉羹,大白菜,沙茶醬 | 米粉 米粉 | 肉絲炒米粉 肉絲S,高麗菜Q,芹菜Q(炒) | 蒜香花椰 青花菜Q,紅蘿蔔Q(炒) | 季節蔬菜Q | 味噌小魚湯 豆乾絲,小魚乾,細味噌 | 山藥銀耳枸杞湯 山藥,白木耳,枸杞 | 水果 | 6.9 | 1.8 | 1.5 | 0 | 1.6 | 0.1 | 105 | 661 | 696 |
| 9月14日 | 四 | ★ | 絲瓜麵線 麵線,絲瓜 | 胚芽飯 胚芽米,白米 | 鹽酥雞 雞丁S,地瓜Q(炸) | 醋溜海帶絲 海帶絲,肉絲S(炒) | 有機蔬菜0 | 羅宋湯 白蘿蔔Q,芹菜Q,番茄Q,肉片S | 風味雲吞 雲吞,海苔絲,小白菜 | 水果 | 6.2 | 2.1 | 1.8 | 0 | 2.2 | 0.1 | 102 | 665 | 701 |
| 9月15日 | 五 | ★ | 麥茶+慶生蛋糕 麥茶,慶生蛋糕 | 紫米飯 白米,紫米 | 麻油杏鮑菇 杏鮑菇Q,高麗菜Q(炒) | 水晶粉絲 素肉絲,冬粉,豆芽菜Q(炒) | 有機蔬菜0 | 筍絲豆腐羹 豆腐,竹筍Q | 肉燥米粉 米粉,素絞肉,豆芽菜,紅蘿蔔 | 水果 | 6.7 | 1.8 | 1.6 | 0.2 | 1.7 | 0.1 | 501 | 684 | 720 |
| 9月18日 | 一 | ★ | 香菇竹筍燕麥粥 白米,燕麥,絞肉S,竹筍 | 小米飯 白米,小米 | 糖醋咕咾肉 豬肉S,洋蔥Q,鳳梨片(炒) | 芹香豆包 豆包,海帶根,芹菜Q(炒) | 產銷履歷T | 香菇雞湯 香菇Q,雞丁S,冬瓜Q | 越式風味米線 米線,肉片S,番茄,豆芽菜 | 水果 | 6.5 | 2.3 | 1.7 | 0 | 2.3 | 0.1 | 105 | 697 | 734 |
| 9月19日 | 二 | ★ | 蛋花湯+肉包 肉包,雞蛋 | 香鬆飯 白米,香鬆 | 塔香雞片 雞片S,九層塔Q,花椰菜Q(滷) | 香炒黃瓜 蒲瓜Q,木耳Q,紅蘿蔔Q(炒) | 有機蔬菜0 | 番茄豆腐湯 番茄Q,豆腐 | 鍋燒意麵 肉片S,小白菜,蛤蜊 | 水果 | 6.2 | 2.1 | 1.7 | 0 | 2 | 0.1 | 108 | 653 | 687 |
| 9月20日 | 三 | ★ | 香蔥米苔目 米苔目,肉絲S,蚵白菜,蔥 | 糙米飯 糙米,白米 | 肉絲蛋炒飯 肉絲S,雞蛋Q,玉米粒Q,紅蘿蔔Q(炒) | 蒜香長豆 長豆Q,紅蘿蔔Q,肉絲S(炒) | 季節蔬菜Q | 海芽肉絲湯 海帶芽,肉絲S,薑絲 | 南瓜西米露 西谷米,南瓜,椰漿 | 水果 | 6.7 | 1.8 | 1.7 | 0 | 1.9 | 0.1 | 106 | 668 | 703 |
| 9月21日 | 四 | ★ | 豆漿+杯子蛋糕 豆漿,杯子蛋糕 | 五穀飯 白米,糙米,燕麥,紫米,麥片 | 蘑菇肉柳 豬肉S,西洋芹Q,杏鮑菇Q,蘑菇醬(炒) | 芙蓉豆腐 豆腐,紅蘿蔔Q,毛豆S(燴) | 有機蔬菜0 | 朴菜竹筍湯 竹筍Q,朴菜 | 什錦蔬菜胚芽米鹹粥 白米,胚芽米,素絞肉,豆乾丁,玉米粒 | 水果 | 6.2 | 1.8 | 1.5 | 0 | 2.4 | 0.1 | 109 | 656 | 691 |
| 9月22日 | 五 | ★ | 香菇麵線 麵線,紅蘿蔔,木耳,肉絲 | 小米飯 白米,小米 | 海結燒雞 雞丁S,海結(煮) | 竹筍三絲 竹筍Q,紅蘿蔔Q,木耳絲Q(炒) | 有機蔬菜0 | 玉米蛋花湯 玉米Q,雞蛋Q | 韭香肉燥寬粉 寬粉,絞肉,豆芽菜,韭菜 | 水果 | 6.2 | 1.7 | 1.7 | 0 | 2 | 0.1 | 105 | 636 | 669 |
| 9月23日 | 六 | ★ | 奶香桂圓紅豆燕麥湯 紅豆,燕麥,桂圓,奶粉 | 紅扁豆飯 白米,紅扁豆 | 蔥燒魚丁 魚丁S,豆腐,蔥(炒) | 絲瓜粉絲滑蛋 絲瓜Q,寬粉,雞蛋Q(炒) | 有機蔬菜0 | 肉骨茶湯 涼薯Q,排骨S,肉骨茶包 | 蘿蔔糕湯 蘿蔔糕,高麗菜 | 水果 | 6.8 | 1.5 | 1.4 | 0.2 | 1.6 | 0.1 | 100 | 667 | 703 |
| 9月25日 | 一 | ★ | 風味板條 板條,肉絲S,韭菜,蚵白菜 | 胚芽米飯 胚芽,白米 | 橙香雞丁 橙汁,雞丁S,南瓜Q,紅蘿蔔Q(炒) | 肉絲炒干片 豆干片,肉絲S(炒) | 產銷履歷T | 巧達濃湯 玉米Q,洋蔥Q,雞蛋Q | 皮蛋瘦肉粥 白米,絞肉S,皮蛋,雞蛋 | 水果 | 6.5 | 1.7 | 1.7 | 0 | 2.9 | 0.1 | 107 | 703 | 740 |
| 9月26日 | 二 | ★ | 糙米漿+香芋包 糙米,香芋包 | 燕麥飯 白米,燕麥 | 椒香肉片 豬肉S,涼薯Q(煮) | 木須花椰菜 花椰菜Q,木耳Q(炒) | 有機蔬菜0 | 香瓜排骨湯 佛手瓜Q,排骨S | 關東煮 蘿蔔,油豆腐,秀珍菇,金針菇 | 水果 | 3.5 | 1.9 | 1.8 | 0 | 2.3 | 0.1 | 108 | 616 | 648 |
| 9月27日 | 三 | ★ | 奶香綠豆麥片湯 麥片,綠豆,牛奶 | 螺旋麵 螺旋麵 | 肉醬螺旋麵 絞肉S,毛豆Q,紅蘿蔔Q(煮) | 麥克雞塊 麥克雞塊*(炸) | 季節蔬菜Q | 木須高麗菜排骨湯 高麗菜Q,木耳Q,排骨S | 台式擔仔麵 麵條,絞肉,竹筍,蚵白菜 | 水果 | 7 | 1.7 | 1.6 | 0.2 | 1.9 | 0.1 | 505 | 710 | 747 |
| 9月28日 | 四 | ★ | 玉米濃湯餃 水餃,玉米粒,洋芋,紅蘿蔔 | 紫米飯 白米,紫米 | 洋芋嫩雞 雞丁S,洋芋Q(燉) | 家常豆腐 豆腐,絞肉S(煮) | 有機蔬菜0 | 大酒肉片湯 肉片S,豬血,雞蛋Q,紅蘿蔔Q | 愛心牛奶球 愛心牛奶球 | 水果 | 6.7 | 1.5 | 1.6 | 0 | 1.9 | 0.1 | 102 | 653 | 687 |
| 9月29日 | 五 | | 中秋節連假 | | | | | | | | | | | | | | | | |

*蔬食日及3章1Q豆奶日:9/15。

*本廠一律使用國產豬肉、雞肉。

*配合天天安心食材政策,每週一供應履歷蔬菜、每週二、四、五供應有機蔬菜。

*配合國產可追溯生鮮農漁畜產品食材政策,菜單主要食材明細標示「S」已取得CAS標章,標示「Q」可追溯生產來源。