

壽山國小附設幼兒園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			備註	備註	備註	備註	備註	備註	備註	備註	
			品名	品名	品名	品名	品名	品名	品名	品名	品名									品名
8月30日	三	★	油蔥板條 板條,肉絲S,豆芽菜,油蔥酥 和風拉麵	麵條 麵條	什錦炒麵 肉絲S,芹菜Q,高麗菜Q(炒)	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 水果	6.9	1.8	1.5	0.2	1.9	0.1	501	795	742	
8月31日	四	★	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,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Q	酸辣湯 豬血,金針菇Q,木耳Q,紅蘿蔔Q	香菇吻仔魚糙米粥 香菇,吻仔魚S,糙米,白米	水果 水果	6.2	2.2	1.8	0	2.3	0.1	605	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Q	黃瓜湯 黃瓜Q,薑絲	埔里米粉 米粉,肉絲,高麗菜,油蔥酥	水果 水果	6.6	1.6	1.6	0	1.9	0.1	605	695	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 水果	6.3	1.9	1.8	0	1	0.1	606	653	688	
9月5日	二	★	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Q	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 水果	6.7	2	1.6	0	1.8	0.1	501	669	704	
9月6日	三	★	麥茶+慶生蛋糕 麥茶,慶生蛋糕	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 水果	6.4	1.9	2	0	2.4	0.1	604	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	日式燉水鯊 水鯊Q,冬瓜Q,海帶芽(煮)	蜜汁豆干 豆干,白芝麻(滷)	有機蔬菜Q	香菇蘿蔔湯 白蘿蔔Q,香菇Q,肉片S	肉絲板條 肉絲S,豆芽菜,油蔥酥	水果 水果	6.2	1.6	1.7	0	2.1	0.1	606	677	670	
9月8日	五	★	大滷麵挖醬 麵挖醬,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Q	海帶絲湯 海帶絲,豆干絲	烤地瓜 地瓜	水果 水果	6.7	1.7	1.7	0	1.9	0.1	604	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	瓜子翅腿 翅小腿*2S,脆瓜(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 水果	6.3	2.9	2.3	0	1	0.1	606	708	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Q	佛手瓜雞湯 佛手瓜Q,雞丁S	細麵,金針菇,肉絲	水果 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 水果	6.9	1.8	1.5	0	1.6	0.1	603	661	696	
9月14日	四	★	絲瓜麵線 麵線,絲瓜	胚芽飯 胚芽米,白米	雞丁S,地瓜Q(炸)	醋溜海帶絲 海帶絲,肉絲S(炒)	有機蔬菜Q	羅宋湯 白蘿蔔Q,芹菜Q,番茄Q,肉片S	雲吞,海苔絲,小白菜	水果 水果	6.2	2.1	1.8	0	2.2	0.1	603	665	701	
9月15日	五	★	奶香紅豆蓮子湯 紅豆,雪蓮子,牛奶	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Q	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 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 水果	6.5	2.3	1.7	0	2.3	0.1	603	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Q	番茄豆腐湯 番茄Q,豆腐	鍋燒意麵 鍋燒意麵,肉片S,小白菜,蛤蜊	水果 水果	6.2	2.1	1.7	0	2	0.1	608	653	683	
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 海芽,肉絲S,薑絲	南瓜西瓜露 西谷米,南瓜,椰漿	水果 水果	6.7	1.8	1.7	0	1.9	0.1	604	668	705	
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Q	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 水果	6.2	1.8	1.5	0	2.4	0.1	609	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Q	玉米蛋花湯 玉米Q,雞蛋Q	非香肉燥寬粉 寬粉,絞肉,豆芽菜,韭菜	水果 水果	6.2	1.7	1.7	0	2	0.1	603	626	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Q	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 水果	6.8	1.5	1.4	0.2	1.6	0.1	609	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 水果	6.5	1.7	1.7	0	2.9	0.1	607	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Q	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 水果	6.5	1.9	1.8	0	2.3	0.1	608	626	666	
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*1(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 水果	7	1.7	1.6	0.2	1.9	0.1	505	730	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	洋芋燉雞 雞丁S,洋芋Q(燉)	家常豆腐 豆腐,絞肉S(煮)	有機蔬菜Q	大滷肉片湯 肉片S,豬血,雞蛋Q,紅蘿蔔Q	愛心牛奶球 愛心,牛奶球	水果 水果	6.7	1.5	1.6	0	1.9	0.1	603	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，每周一供應履歷蔬菜、每周二、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，菜單主要食材詳細標示「S」已取得CAS標章，標示「Q」可追溯生產來源。