

臺中市龍井國小附設幼兒園 幼兒餐點表【105年8-9月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	8/29~9/2	早點	肉絲鮮蔬湯麵	鮮肉雲吞湯	蛋汁雞絲麵	味噌魚片嫩腐鍋	海鮮湯麵
		午餐	(營養糙米飯) 竹筍滷麵輪 蔥香煎蛋 季節時蔬 養生牛蒡湯 四季水果	(香Q白米飯) 蒸肉丸子 鹹酥雞蛋豆腐 季節時蔬 雙色蘿蔔大骨湯 四季水果	(五穀雜糧飯) 香煎魚片 燴五色菜 季節時蔬 芹香貢丸湯 四季水果	(營養糙米飯) 金菇燴肉絲 塔香海芽 季節時蔬 青木瓜排骨湯 四季水果	香菇雞肉飯 滷味拼盤 翠綠蛋花湯 四季水果
		午點	奶黃包+鮮奶	高鈣吻魚鮮肉糙米粥	玉米濃湯+蘇打餅	蔥油餅+豆漿	清蛋糕+鮮奶
第二週	9/5~9/9	早點	冬菜鴨肉冬粉湯	家常麵疙瘩	什錦湯麵	香菇雞米血糕湯	長豆肉粥
		午餐	(營養糙米飯) 香椿杏鮑菇 彩蔬豆包 季節時蔬 薑絲昆布湯 四季水果	(五穀雜糧飯) 椒鹽雞柳 番茄肉醬 季節時蔬 蒲瓜排骨湯 四季水果	(香Q白米飯) 蒜燒鯛魚 紅蘿蔔炒蛋 季節時蔬 三絲湯 四季水果	(健康小米飯) 洋蔥燒肉 大瓜燴炒 季節時蔬 嫩腐蛋花湯 四季水果	古早味炒炊粉 彩椒炒肉片 銀魚翡翠羹 四季水果
		午點	銀絲捲+鮮奶	珍珠丸子+豆漿	花生豆花	奶滋肉鬆吐司+鮮奶	日式關東煮
第三週	9/12~9/16	早點	鮭魚飯糰+海芽湯	古早味麵線糊	雙蛋肉茸粥		
		午餐	(營養糙米飯) 鳳梨炒木須 雙色蒸蛋 季節時蔬 鮮採竹筍湯 四季水果	(小薏仁飯) 香炒吻仔魚 麻婆豆腐 季節時蔬 清燉冬瓜大骨湯 四季水果	(香Q白米飯) 瓜仔肉 金菇滷銀芽 季節時蔬 黃金蚬湯 四季水果	中秋節	中秋節連假
		午點	什錦豆花	饅頭+鮮奶	中秋月餅+養生飲		
第四週	9/19~9/23	早點	香椿腐皮湯麵	養生菇菌湯+花枝丸	客家板條湯	珍珠丸子+豆漿	香菇雞茸蛋粥
		午餐	(營養糙米飯) 紅燒油豆腐 杞子銀芽絲瓜 季節時蔬 田園蛋花湯 四季水果	(香Q白米飯) 薑燒巴沙魚 韭香煎蛋 季節時蔬 黃瓜排骨湯 四季水果	(高纖麥片飯) 香干爆肉片 香鬆蒸南瓜 季節時蔬 鮮味蛤蜊湯 四季水果	(營養糙米飯) 豆豉雞丁 青蔬黑輪 季節時蔬 蔬菜小魚湯 四季水果	什錦炒麵 (料多人麵) 日式味噌湯 四季水果
		午點	包子+鮮奶	芋圓地瓜圓	蛋餅+大麥飲	茶葉蛋+菜頭湯	海苔飯捲+鮮奶
第五週	9/26~9/30	早點	芋頭米粉湯	鮮肉抄手+紫菜湯	肉燥麵線湯	蔬菜糙米雞茸粥	絲瓜什錦粉絲盅
		午餐	(營養糙米飯) 香菇滷麵筋 玉米炒蛋 季節時蔬 蕃茄黃芽湯 四季水果	(香香芝麻飯) 青椒雞丁 魚香蒸蛋 季節時蔬 蘿蔔絲肉羹湯 四季水果	(高纖麥片飯) 古早味豬排 豆薯燴炒 季節時蔬 柴魚蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 糖醋魚條 竹筍炒肉絲 季節時蔬 青菜嫩腐湯 四季水果	咖哩雞肉飯 (料多人飯) 玉筍鮑菇排骨湯 四季水果
		午點	雜糧饅頭+鮮奶	奶香紅豆西米露	蒸餃+豆漿	蔥花捲+鮮奶	燒賣+蔬菜湯

◎9/10餐點：早點 DIY壽司+檸檬飲 午餐 香香水餃、(料多人湯)、酸辣湯、四季水果 午點 脆片鮮奶酪