

臺中市龍井國小附設幼兒園 幼兒餐點表【108年8-9月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第五週	8月30日	早點					奶黃包+豆漿	
		午餐				開學囉!! 	咖哩雞肉飯 蔬菜拼盤 翠綠蛋花湯 四季水果	
		午點					脆片鮮奶酪	
第一週	9/2~9/6	早點	芹香肉絲蛋花細粉 (營養糙米飯)	家常麵疙瘩 (高纖麥片飯)	古都擔仔麵 (紅藜飯)	薑絲米血肉片湯 (營養糙米飯)	玉米雞丁滑蛋粥	
		午餐	彩蔬炒豆包 香椿杏鮑菇 季節時蔬 薑絲昆布湯 四季水果	豉汁魚片 松子紅蔘煎蛋 季節時蔬 三絲湯 四季水果	傳統焢肉 大瓜燴炒 季節時蔬 嫩腐蛋花湯 四季水果	椒鹽雞柳 蕃茄肉醬 季節時蔬 蒲瓜排骨湯 四季水果	金瓜米粉 彩椒秋葵燒肉片 莧菜銀魚湯 四季水果	
		午點	銀絲捲+鮮奶	蔥油餅+護眼飲	檸檬愛玉+米香	果醬夾吐司+豆漿	清蛋糕+鮮奶	
第二週	9/9~9/13	早點	筍香肉絲鹹粥 (養生紫米飯)	什錦雞絲麵 (營養糙米飯)	鮭魚飯糰+蔬菜湯 (健康小米飯)	肉骨茶麵 芋頭肉絲燜飯	中秋節快樂 	
		午餐	塔香燒麵腸 雙色蒸蛋 季節時蔬 養生牛蒡腰果湯 四季水果	香炒叻仔魚 麻婆豆腐 季節時蔬 金針排骨湯 四季水果	照燒豬排 青蔬黑輪 季節時蔬 紫菜蛋花湯 四季水果	紅燒獅子頭 白菜滷 冬瓜大骨湯 四季水果		
		午點	*奶香玉米濃湯	蔬菜刈包+大麥飲	奶黃包+豆漿	月餅+鮮奶		
第三週	9/16~9/20	早點	烏龍湯麵 (高纖麥片飯)	青蔬肉燥湯餃 (芝麻糙米飯)	肉燥拌拌麵+柴魚湯 (多穀雜糧飯)	長豆肉粥 (營養糙米飯)	珍珠丸子+糙米漿	
		午餐	紅燒油豆腐 杞子銀芽絲瓜 季節時蔬 田園蛋花湯 四季水果	蔥油雞 肉末茄子煲 季節時蔬 雙色蘿蔔湯 四季水果	薑燒魚丁 韭香煎蛋 季節時蔬 芹香洋芋湯 四季水果	鮮菇燴肉片 香鬆蒸南瓜 季節時蔬 日式味噌湯 四季水果	台式炒麵 炒三鮮 竹筍籤骨湯 四季水果	
		午點	紅豆包+鮮奶	DIY鮭魚三明治+鮮奶	蘿蔔糕+決明子飲	茶葉蛋+玉米穗湯	雙色小湯圓	
第四週	9/23~9/27	早點	香菇芋頭米粉湯 (營養糙米飯)	蔥香抄手+紫菜湯 (健康小米飯)	絲瓜什錦粉絲盅 (養生紫米飯)	雙蛋瘦肉粥 (營養糙米飯)	肉燥意麵	
		午餐	花生滷麵筋 玉米炒蛋 季節時蔬 蕃茄黃芽湯 四季水果	義式香料蒸雞 香滷大黑干 季節時蔬 黃瓜大骨湯 四季水果	醬味蒸肉 蝦皮炒豆薯 季節時蔬 柴魚蛋花湯 四季水果	糖醋魚條 竹筍炒肉絲 季節時蔬 青菜嫩腐湯 四季水果	香菇雞肉飯 蒜香枸杞地瓜葉 鮮採菇菇湯 四季水果	
		午點	黑糖饅頭+鮮奶	椰奶紅豆西米露	麵包+鮮奶	蒸水煎包+護眼飲	菜包+豆漿	
第五週	9月30日	早點	什錦鍋燒麵 (紅藜飯)					
		午餐	沙茶百頁 金菇拌木耳 季節時蔬 金黃玉米湯 四季水果					
		午點	蔥花捲+鮮奶					