

吉安鄉立幼兒園 112 年 9 月餐點明細表 8.31

日期	星期	早 點	午 餐		午 點
9/1	五	雜糧饅頭、紅棗茶 時蔬	白飯 蒜泥白肉 玉米炒蛋 青菜 豆腐味增湯	白米 夾心肉 蒜頭+醬油 玉米、蛋 時蔬 豆腐、洋蔥、味噌、大骨	小餐包、桂圓茶
9/4	一	玉米片、牛奶	榨菜肉絲湯麵 花枝丸 水果	拉麵、肉絲、五花肉、大骨 、香菇、榨菜、紅蘿蔔、洋蔥、高麗菜、油蔥、蔥 花枝丸	小米鹹粥 白米 小米 絞肉 紅蘿蔔
9/5	二	雞絲麵 黑輪 魚板 小白菜 蛋	白飯 京醬肉絲 西芹混炒 青菜 南瓜蔬菜湯 水果	白米 肉絲、洋蔥 豆干、芹菜 時蔬 南瓜、紅蘿蔔、高麗菜	檸檬愛玉 愛玉 檸檬 冬瓜塊
9/6	三	鮮奶土司、 苟杞茶	蘑菇咖哩雞燴飯 蔬菜小魚湯 水果	咖哩塊 4 盒、雞腿肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、玉米筍、蘑菇 莧菜、蛋、小魚	蔬菜冬粉 冬粉 花枝丸 高麗菜 蛋
9/7	四	小饅頭、美祿 時蔬	白飯 油腐燒肉 洋蔥炒蛋 青菜 冬瓜大骨湯 水果	白米 油豆腐、三層肉 雞蛋、洋蔥、蔥 時蔬 冬瓜、大骨	關東煮 白蘿蔔 甜不辣 小貢丸 黑輪
9/8	五	蔬菜玉米粥 白米 玉米粒 芹菜 蛋	大滷麵 滷百頁	拉麵、肉絲、肉羹，大骨、新鮮香菇、筍絲、大白菜、木耳、紅蘿蔔、白蘿蔔、蛋、蔥 百頁	古早味蛋糕、 紅棗茶
9/11	一	玉米片、牛奶	白飯 古早味肉燥 炒冬瓜 青菜 紫菜蛋花湯 水果	白米 絞肉、香菇、乾香菇 冬瓜 時蔬 蛋、大骨、紫菜	蔬菜麵線 麵線 絲瓜 紅蔥頭
9/12	二	芋頭饅頭、 桂圓茶 時蔬	義大利肉醬麵 南瓜濃湯 水果	長麵 8 包、絞肉、洋蔥、番茄、青豆、番茄醬 南瓜、洋蔥、玉米粒，玉米醬	綠豆湯 綠豆

9/13	三	滑蛋瘦肉粥 白米 玉米粒 芹菜 蛋	白飯 洋蔥雞丁 麻婆豆腐 青菜 黃瓜貢丸湯 水果	白米 雞胸肉、洋蔥、蔥 豆腐 絞肉 時蔬 黃瓜、貢丸	水煮玉米
9/14	四	鮮奶土司、 紅棗茶	白飯 馬鈴薯燉肉 蛋香絲瓜 青菜 五色蔬羹湯 水果	白米 馬鈴薯、三層肉 絲瓜、蛋 時蔬 肉羹、大白菜、新鮮香菇、紅蘿蔔、芹 菜	仙草蜜 仙草 冬瓜塊
9/15	五	水煮紅蛋	什錦湯麵 炒豆乾	拉麵、肉絲、五花肉、大骨、香菇、榨 菜、紅蘿蔔、洋蔥、高麗菜、油蔥、蔥 豆干	生日蛋糕 枸杞茶 毛巾蛋糕 大蛋糕
9/18	一	黑糖饅頭、 枸杞茶	肉絲炒麵 玉米濃湯 水果	油拉麵、肉絲、五花肉、新鮮香菇、洋 蔥、紅蘿蔔、木耳、高麗菜、魚板 玉米粒、玉米醬、蛋、洋蔥、紅蘿蔔、 馬鈴薯、保久乳	芋頭西米露 芋頭 西米 煉乳
9/19	二	滑蛋瘦肉粥 白米 玉米粒 芹菜 蛋	白飯 打拋豬肉 炒長豆 青菜 冬瓜大骨湯 水果	白米 絞肉、小番茄、洋蔥、九層塔 長豆 時蔬 冬瓜、大骨	關東煮 白蘿蔔 甜不辣 小貢丸 黑輪
9/20	三	鮮奶土司、 豆漿 黃豆 黑豆	炸醬麵 青菜豆腐湯 水果	拉麵、豬絞肉、紅蘿蔔、香菇、豆 干、洋蔥、甜麵醬、蠔油 豆腐、小白菜	地瓜湯 地瓜
9/21	四	玉米片、牛奶 時蔬	白飯 蔥爆雞丁 芹香豆干 青菜 羅宋湯 水果	白米 雞胸肉、洋蔥 豆干、紅蘿蔔、芹菜 時蔬 高麗菜、南瓜、紅蘿蔔、洋蔥	米粉羹 米粉 瘦絞肉 筍絲 紅蘿蔔 芹菜

9/22	五	銀絲卷、 桂圓茶	白飯 洋蔥肉絲 玉米紅絲炒蛋 青菜 芽菜味增湯 水果	白米 肉絲、洋蔥 雞蛋、玉米粒、紅蘿蔔、蔥 時蔬 芽菜，味增	檸檬愛玉 愛玉 檸檬 冬瓜塊
9/23	六	蘿蔔糕	蔬菜水餃 酸辣湯	水餃 肉絲、木耳、筍絲、豆腐、蛋、豬血、 紅蘿蔔	草莓餐包 紅棗茶
9/25	一	清粥、蔥花蛋 白米 蔥 蛋	白飯 香菇肉燥 紅白雙絲 青菜 南瓜蔬菜湯 水果	白米 絞肉、香菇、乾香菇 豆干、紅蘿蔔 時蔬 南瓜、紅蘿蔔、高麗菜、大骨	仙草蜜 仙草 冬瓜塊
9/26	二	玉米片、牛奶 時蔬	日式親子丼飯 黃瓜大骨湯 水果	雞肉、蛋、洋蔥、紅蘿蔔、高麗菜、柴 魚 黃瓜、大骨	紫米飯糰 白糯米 紫糯米 燕麥粒 小薏仁
9/27	三	蛋餅、苟杞茶	白飯 洋蔥燴雞丁 炒馬鈴薯 青菜 紫菜蛋花湯 水果	白米 雞胸肉、洋蔥 馬鈴薯、紅蘿蔔 時蔬 蛋、紫菜	雞絲麵 黑輪 魚板 小白菜
9/28	四	鮮奶土司、 豆漿 黃豆 黑豆	肉羹湯麵 滷豆干 水果	拉麵、肉絲、肉羹，新鮮香菇、筍絲、 高麗菜、木耳、紅蘿蔔、白蘿蔔、蛋、 蔥、大骨 豆乾	小菠蘿、桂圓茶