

東光國小附幼 9 月份餐點表

日期		上午點心	下午點心	水果
8/26	六	葡萄饅頭+牛乳〈麵粉, 葡萄乾, 黃豆〉		
8/30	三	鮭魚飯糰+豆漿〈鮭魚, 海苔粉, 美乃滋, 米〉		
8/31	四	肉絲蛋麵線〈肉絲, 雞蛋, 紅麵線, 高麗菜〉	杏仁鮮奶紅豆+堅果	火龍果
9/1	五	蘿蔔糕+蛋花湯〈在來米, 菜頭, 豬肉, 雞蛋〉	南瓜鮮奶濃湯+堅果	龍眼
9/4	一	小肉包+豆漿〈高麗菜, 豬肉, 蔥, 麵粉, 黃豆〉	冰心地瓜	水梨
9/5	二	鮮菇粿仔湯〈粿條, 白菜, 肉絲, 香菇〉	鍋貼+堅果	水梨
9/6	三	香菇肉羹〈香菇, 筍絲, 高麗菜, 雞蛋, 豬肉〉	紅蘿蔔煎餅+優酪乳	西瓜
9/7	四	南瓜蔬菜粥〈南瓜, 白米, 高麗菜, 絞肉〉	綠豆沙鮮奶+堅果	芭樂
9/8	五	蔥抓餅+蔬菜湯〈麵粉, 豬油, 蔥, 高麗菜〉	堅果+牛奶	芭樂
9/11	一	芝麻包+豆漿〈芝麻醬, 麵粉〉	水煮蛋沙拉	葡萄
9/12	二	陽春麵〈麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥〉	紅豆車輪餅+堅果	葡萄
9/13	三	蘿蔔糕湯+蘿蔔糕, 韭菜, 豆芽, 肉絲〉	起司土司+豆奶	西瓜
9/14	四	菠菜鮮魚粥〈菠菜, 虱目魚, 米, 芹菜〉	紅豆紫米鮮奶+堅果	木瓜
9/15	五	鍋貼+紫菜湯〈紫菜, 高麗菜, 絞肉, 蔥〉	餐包+堅果+牛奶	香蕉
9/18	一	小菜包+豆漿〈高麗菜, 麵粉, 黃豆〉	鮭魚沙拉土司	水果
9/19	二	米苔目湯〈米苔目, 小白菜, 韭菜, 豬肉〉	珍珠丸子+堅果	水果
9/20	三	滷蛋+海帶芽湯〈雞蛋, 海帶芽〉	紅蘿蔔小饅頭+鮮奶	西瓜
9/21	四	雞蓉玉米粥〈雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米〉	黑糖粉圓鮮奶+堅果	香瓜
9/22	五	水餃+蛋花湯〈雞蛋, 高麗菜, 絞肉, 蔥, 麵粉〉	冰心地瓜+堅果+牛奶	水果
9/23	六	巧達濃湯〈紅蘿蔔, 雞蛋, 杏鮑菇, 玉米, 馬鈴薯〉	蛋糕捲+枸杞紅棗茶	水果
9/25	一	黑糖饅頭+鮮奶五穀漿〈五穀, 鮮奶, 黑糖, 麵粉〉	芝麻包+牛奶	水果
9/26	二	豆菜麵〈豆芽菜, 肉燥, 麵條〉	蜂蜜蛋糕+堅果	水果
9/27	三	竹筍瘦肉粥〈香菇, 竹筍, 絞肉, 白米〉	玉米蛋餅+優酪乳	火龍果
9/28	四	鮮菇米粉湯〈豆芽菜, 小白菜, 韭菜, 香菇, 肉絲, 米粉〉	芋頭鮮奶西米露+堅果	木瓜

備註：

- 點心遇特殊狀況(如：颱風、退貨、物價上揚...等)將彈性調整。
- 時令水果每日供應，但因配合國小營養午餐招標周期(3週一次)進行採購，故月中將再次公告水果 招標後的品項。
- 藍底字為國小營養午餐提供之乳品與水果。
- 黃底字為護眼保健餐。
- 每周提供 3 天的乳製品補充幼兒鈣質；3 次堅果均衡幼兒營養。
含糖飲品每周不超過 3 次。
- 本園餐點食材均採用國產豬、牛肉。
- 綜合堅果(Hoody's 精緻果乾混綜合果仁)含腰果、杏仁、南瓜籽及花生製品，產品與小麥、牛奶、大豆及其他堅果的製品於同一生產設備生產，食物過敏者請留意。



承辦人：吳心怡

營養師：黃硯廷

校長：林義順