

# 東光國小附幼 8 月份餐點表

日期		上午點心	中午午餐	下午點心/水果	
8/1	五	玉米濃湯 (紅蘿蔔.蛋.玉米.馬鈴薯)	炒冬粉+榨菜肉絲湯 (粉.豬肉.高麗菜.紅蘿蔔.木耳.榨菜)	蛋糕+豆漿 (雞蛋.麵粉.奶油)	芒果
8/4	一	陽春麵 (麵條.韭菜.白菜.肉燥)	鮭魚蛋炒飯+蔬菜湯 (雞蛋.鮭魚.白米.洋蔥.玉米.碗豆.紅蘿蔔.高麗菜)	水果總匯+牛奶 (小餅乾.蘋果.火龍果…堅果)	蘋果
8/5	二	竹筍瘦肉粥 (香菇.竹筍.絞肉.白米)	什錦炒麵+筍絲肉絲湯 (麵條.豬肉.高麗菜.紅蘿蔔.木耳.筍絲)	麵包+蜜茶 (麵粉.奶油.雞蛋.酵母)	葡萄
8/6	三	銀絲卷+豆漿 (黃豆.麵粉.奶油.酵母)	咖哩雞肉飯+麥茶 (雞肉.馬鈴薯.白米)	檸檬愛玉+雪餅+堅果 (檸檬.愛玉.餅乾)	蘋果
8/7	四	鍋貼+紫菜湯 (高麗菜.絞肉.蔥)	大滷麵 (豬肉.木耳.高麗菜.香菇.紅蘿蔔)	壽司+堅果 (白米.海苔.肉鬆.雞蛋.芝麻)	火龍果
8/8	五	香雞麵線 (雞肉.麵線.高麗菜)	香芋粥+蔥花炒蛋 (蔥花.雞蛋.芋頭.豬肉.高麗菜)	蛋糕+牛奶 (雞蛋.麵粉.奶油.牛奶)	香蕉
8/11	一	鮮菇粿仔湯 (粿條.白菜.肉絲.香菇)	香腸蛋炒飯+白菜蛋花湯 (白菜.雞蛋.香腸.白米.洋蔥.玉米.碗豆.紅蘿蔔)	鮮奶鮪魚吐司片+豆奶 (吐司.豆漿)	蘋果
8/12	二	鮪魚玉米粥 (鮪魚.玉米.白米.高麗菜)	炒烏龍麵+豆腐海帶湯 (麵條.豬肉.高麗菜.紅蘿蔔.木耳.豆腐.海帶)	麵包+麥茶 (麵粉.奶油.雞蛋.酵母)	葡萄
8/13	三	葡萄饅頭+豆漿 (葡萄乾.麵粉.黃豆)	豬肉燴飯 (豬肉.洋蔥.白米)	花枝丸+堅果+牛奶 (花枝漿)	蘋果
8/14	四	香菇肉羹 (香菇.筍絲.高麗菜.雞蛋.豬肉)	鮮菇米粉湯+滷蛋 (雞蛋.豆芽菜.小白菜.韭菜.香菇.肉絲.米粉)	紅豆紫米粥+堅果 (紅豆.紫米)	火龍果
8/15	五	鍋燒雞絲麵 (雞絲麵.魚丸.肉絲.白菜.蛤蠣)	皮蛋瘦肉粥+小饅頭 (高麗菜.雞蛋.豬肉.白米.皮蛋)	鮮奶布丁+堅果 (雞蛋.牛奶)	香蕉
8/18	一	米苔目湯 (米苔目.小白菜.韭菜.豬肉)	什錦蛋炒飯+金針菇湯 (雞蛋.肉絲.白米.洋蔥.玉米.碗豆.金針菇)	滷蛋+堅果+牛奶 (雞蛋.牛奶)	蘋果
8/19	二	金針菇滑蛋燕麥粥 (雞蛋.豬肉.金針菇.燕麥)	炒板條+蘿蔔湯 (麵條.豬肉.高麗菜.紅蘿蔔.木耳.鴻喜菇.白蘿蔔)	麵包+枸杞茶 (麵粉.奶油.雞蛋.酵母)	葡萄
8/20	三	蔥花捲+豆漿 (蔥花.麵粉.黃豆)	麻油雞肉飯+玉米蔬菜湯 (麻油.米.雞肉.紅蘿蔔.碗豆.玉米.高麗菜.紅蘿蔔)	紅豆薏仁湯+堅果 (紅豆.薏仁)	蘋果
8/21	四	蘿蔔糕湯 (蘿蔔糕.韭菜.豆芽.肉絲)	肉燥豆菜麵+金針菇蛋花湯 (豆芽菜.肉燥.雞蛋.麵條.金針菇)	黑糖粉圓+餅乾+堅果 (黑糖.粉圓)	火龍果
8/22	五	肉絲蛋麵線 (肉絲.雞蛋.紅麵線.高麗菜)	酸辣湯麵 (木耳.紅蘿蔔.金針菇.豆腐.肉絲)	蛋糕+杏仁豆漿 (雞蛋.麵粉.奶油)	香蕉

1. 遇特殊狀況 (如颱風、停課、物價上揚) 變動食譜。

2. 本園餐點食材均採用國產豬食材另，有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。

