

東光國小附設幼兒園 9 月份點心

日期	星期	上午點心	下午點心	水果
9/1	一	葡萄饅頭+豆漿		香蕉
9/2	二	味增拉麵(拉麵. 豬肉. 小白菜)	核桃葡萄麵包+堅果	香蕉
9/3	三	虱目魚粥(虱目魚. 米. 芹菜)	鳳梨檸檬粉圓愛玉+鮮奶	蘋果
9/4	四	巧達濃湯(紅蘿蔔. 雞蛋. 杏鮑菇. 玉米)	蔬菜餽飴湯(小白菜. 餽飴)+堅果	蘋果
9/5	五	水餃(高麗菜. 豬肉)	紅豆薏仁鮮奶+堅果	黑葡萄
9/8	一	水煎包+豆漿	玉米脆片+鮮奶	洋香瓜
9/9	二	肉燥陽春麵(麵條. 韭菜. 白菜. 肉燥)	壽司+堅果	洋香瓜
9/10	三	滑蛋瘦肉粥(高麗菜. 雞蛋. 豬肉. 白米)	蘿蔔糕+優酪乳	葡萄
9/11	四	肉絲蛋麵線(肉絲. 雞蛋. 紅麵線. 高麗菜)	蔬菜香菇丸子湯+堅果	葡萄
9/12	五	香椿抓餅+蛋花湯(雞蛋)	羅宋麵包+鮮奶+堅果	火龍果
9/15	一	南瓜雜糧饅頭+豆漿	鮪魚蛋沙拉+優酪乳	綠葡萄
9/16	二	鮮菇粿仔湯(粿條. 白菜. 肉絲. 香菇)	珍珠丸子+堅果	火龍果
9/17	三	雞蓉玉米粥(雞肉. 高麗菜. 玉米. 白米)	青菜魚皮魚丸湯+豆漿	蘋果
9/18	四	無辣酸辣湯(木耳. 紅蘿蔔. 金針菇. 豆腐. 肉絲)	紅棗枸杞銀耳+堅果	蘋果
9/19	五	蘿蔔糕+蔬菜湯(紅蘿蔔. 高麗菜)	冰心地瓜+鮮奶+堅果	紅西瓜
9/22	一	肉包+豆漿	水果總匯+優酪乳	水果
9/23	二	豆菜麵(豆芽菜. 肉燥. 麵條)	蔥抓餅+堅果+豆漿	水果
9/24	三	南瓜蔬菜粥(南瓜. 白米. 高麗菜. 絞肉)	紅豆薏仁湯+優酪乳	水果
9/25	四	麻油雞肉冬粉湯(雞肉. 高麗菜. 冬粉)	關東煮 (黑輪. 魚丸. 豆腐. 海帶. 白蘿蔔)+堅果	水果
9/26	五	滷蛋+海帶芽湯(海帶)	蛋糕+鮮奶+堅果	水果
9/30	二	烏龍湯麵(烏龍麵. 肉絲. 白菜. 蛤蠣)	燒賣+堅果	水果

備註：

1. 點心遇特殊狀況(如：颱風、退貨、物價上揚…等)將彈性調整。
2. 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。
3. 藍底字為國小營養午餐提供之乳品與水果。
4. 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。
5. 本園餐點食材均採用國產豬、牛肉。
6. 本校營養午餐有供應**甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麥麩穀物、大豆、魚類等其製品**。

承辦人：郭以婷

營養師：黃硯廷

校長：歐陽兩坤

