

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)	蔬菜餛飩湯(小白菜, 餛飩)+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	鮭魚蛋沙拉+優酪乳	綠葡萄
9/16	二	鮮菇裸仔湯(裸條, 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, 蛤蜊)	燒賣+堅果	水果

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。
- 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。
- 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

