

東光國小附設幼兒園 9 月份點心

日期	星期	上午點心	食材明細	下午點心	食材明細	水果
8/31	一	菜包+豆漿	高麗菜, 麵粉, 黃豆			木瓜
9/1	二	肉燥陽春麵	麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥	核桃葡萄麵包+堅果	麵粉, 奶油, 雞蛋, 酵母, 核桃, 南瓜子, 葵花子	香蕉
9/2	三	虱目魚粥	虱目魚, 米, 芹菜	蔬菜餛飩湯	小白菜, 餛飩+鮮奶	香蕉
9/3	四	巧達濃湯	紅蘿蔔, 雞蛋, 杏鮑菇, 玉米, 馬鈴薯	鳳梨檸檬愛玉粉圓+堅果	粉圓, 鳳梨, 愛玉, 核桃, 南瓜子, 葵花子	芭樂
9/4	五	水餃+豆漿	高麗菜, 絞肉, 蔥, 麵粉	玉米脆片奶酪	水、鮮奶油、奶粉、蔗糖、蜂蜜脆片	火龍果
9/7	一	水煎包+豆漿	豬肉, 高麗菜, 蔥, 麵粉	小麥米香+優酪乳	小麥, 小米, 麥芽糖, 砂糖	火龍果
9/8	二	味增拉麵	拉麵, 豬肉, 小白菜	壽司+堅果	白米, 海苔, 肉鬆, 雞蛋, 芝麻, 核桃, 南瓜子, 葵花子	火龍果
9/9	三	肉絲蛋麵線	肉絲, 雞蛋, 紅麵線, 高麗菜	地瓜綠豆湯+豆漿	地瓜, 綠豆	蘋果
9/10	四	滑蛋瘦肉粥	高麗菜, 雞蛋, 豬肉, 白米	白菜香菇丸湯+堅果	白菜, 香菇丸, 核桃, 南瓜子, 葵花子	蘋果
9/11	五	香椿抓餅+豆漿	雞蛋, 麵粉, 沙拉油, 香椿	小北歐餐包+鮮奶+堅果	麵粉, 奶油, 奶粉, 鹽, 葡萄乾, 南瓜子, 蔓越莓	香蕉
9/14	一	南瓜雜糧饅頭+豆漿	南瓜, 五穀, 麵粉, 黃豆	花生豆花	花生, 黃豆, 糖	水果
9/15	二	鮮菇裸仔湯	裸條, 白菜, 肉絲, 香菇	珍珠丸子+堅果	糯米, 豬肉, 玉米, 核桃, 南瓜子, 葵花子	水果
9/16	三	雞蓉玉米粥	雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米	青菜魚皮魚丸湯+優酪乳	白菜, 魚皮, 魚丸, 芹菜	水果
9/17	四	酸辣湯	木耳, 紅蘿蔔, 金針菇, 豆腐, 肉絲	紅棗枸杞銀耳+堅果	白木耳, 冰糖, 枸杞, 核桃, 南瓜子, 葵花子	水果
9/18	五	蘿蔔糕+豆漿	在來米, 菜頭, 絞肉, 高麗菜	滷蛋+鮮奶+堅果	雞蛋, 滷汁, 葡萄乾, 南瓜子, 蔓越莓	水果
9/21	一	肉包+豆漿	豬肉, 高麗菜, 蔥, 麵粉	地瓜+枸杞茶	地瓜, 糖, 枸杞	水果
9/22	二	豆菜麵	豆芽菜, 肉燥, 麵條	蔥抓餅+鮮奶豆漿+堅果	麵粉, 豬油, 蔥, 核桃, 南瓜子, 葵花子	水果
9/23	三	南瓜蔬菜粥	南瓜, 白米, 高麗菜, 絞肉	紅豆薏仁湯+優酪乳	紅豆, 薏仁, 糖	水果
9/24	四	麻油雞肉冬粉湯	雞肉, 高麗菜, 冬粉	關東煮+堅果	黑輪, 魚丸, 豆腐, 海帶, 白蘿蔔, 核桃, 南瓜子, 葵花子	水果
9/29	二	烏龍湯麵	烏龍麵, 豬肉, 白菜, 蛤蜊	燒賣+堅果	豬肉, 蔬菜丁, 麵粉, 核桃, 南瓜子, 葵花子	水果
9/30	三	燕寶粥	燕餃, 紅蘿蔔, 玉米, 白米	南瓜濃湯+鮮奶	南瓜, 杏包菇, 玉米, 絞肉	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 2-3 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：薛伊均

校長：歐陽雨坤

