

安康幼兒園114年9月份餐點計劃表

週別	日期	星期	上午點心	營 養 午 餐	下午點心
第一週	9/1	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)味噌麵、(4)附餐水果	(1,2)紅豆西米露
	9/2	週二	(1,2)牛奶燕麥片	(1,2,3)奶油蒜味義大利麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
	9/3	週三	(4)水果	(1,2,3)洋蔥咖哩豬肉飯、(3)青菜、(3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1,2)玉米濃湯
	9/4	週四	(1)綠豆湯	(1,2,3)大滷麵、(2)健康堅果、(4)附餐水果	(1)小米粥
	9/5	週五	(1,2,3)什錦冬粉湯	(1,2,3)香菇雞肉粥、(4)附餐水果	(1)地瓜QQ
第二週	9/8	週一	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)榨菜肉絲麵、(3)紫菜湯、(4)附餐水果	(1)紅豆湯圓
	9/9	週二	(3)玉米濃湯	(1,2,3)水餃、(1,2)味噌湯、(4)附餐水果	(1,2,3)香菇青菜冬粉湯
	9/10	週三	(4)水果	(1,2,3)開陽白菜燴飯、(4)附餐水果	(1)鮮奶饅頭、(2)豆漿
	9/11	週四	(1,2)地瓜綠豆湯	(1,2,3)什錦味噌拉麵、(4)附餐水果	仙草蜜
	9/12	週五	(1)吐司	(1,2,3)滑蛋瘦肉粥、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露
第三週	9/15	週一	(1,2)牛奶燕麥粥	(1,2,3)瓠瓜瘦肉粥、(4)附餐水果	(1)紅豆QQ湯
	9/16	週二	(3)玉米濃湯	(1,2,3)什錦肉絲炒麵、(2,3)金針排骨湯、(4)附餐水果	(1)薏仁綠豆湯
	9/17	週三	(4)水果	(1,2,3)鮮菇燴飯、(4)附餐水果	冬瓜仙草蜜
	9/18	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1,2,3)什錦絲瓜粥、(4)附餐水果	(1)紫米紅豆湯
	9/19	週五	(1,2)牛奶脆片	(1,2,3)肉羹麵、(4)附餐水果	(1)小米粥
第四週	9/22	週一	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)奶油蒜味義大利麵、(1,2)味噌湯、(4)附餐水果	(1)小米粥
	9/23	週二	(1,2)薏仁湯	(1,2,3)廣東粥、(3)青菜、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)綠豆湯
	9/24	週三	(4)水果	(1,2,3)洋蔥咖哩雞肉飯、(2,3)紫菜蛋花湯、(4)附餐水果	(1,2)肉包、(2)豆漿
	9/25	週四	(1,2)地瓜紅豆湯	(1,2,3)日式拉麵、(4)附餐水果	(1)白木耳甜湯
	9/26	週五	(1)吐司	(1,2,3)鮮菇瘦肉粥、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露
第五週	9/29	週一	教師節補休		
	9/30	週二	(1,2)地瓜西米露	(1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果	(1,2,3)日式拉麵
	10/1	週三	(4)水果	(1)糙米飯、(1,2)玉米炒蛋、(3)青菜、(3)金針湯、(4)附餐水果	(1)芋頭包、(2)豆漿
	10/2	週四	(1,2)薏仁燕麥粥	(1,2,3)大滷麵、(4)附餐水果	仙草蜜
	10/3	週五	(1,2)玉米濃湯	(1,2,3)蘿蔔瘦肉粥、(4)附餐水果	(1)綠豆西米露

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材

4. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。