

114年9月餐點表

	9/1 星期一		9/2 星期二		9/3 星期三		9/4 星期四		9/5 星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
	慶生蛋糕	蛋糕	銀絲卷	銀絲卷	什錦粥	白米	三絲冬粉湯	冬粉	酸辣湯麵	小烏龍麵
			蜂蜜檸檬汁	蜂蜜		瘦絞肉		豬肉絲		豆腐
				檸檬		紅蘿蔔絲		小白菜		黑木耳
						高麗菜		紅蘿蔔		紅蘿蔔
										金茸菇
										蛋
										肉絲
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	青醬奶油雞丁螺旋麵	好侍北海道白醬	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		螺旋麵		白米		白米
	玉米肉末	絞肉	紅蘿蔔炒蛋	蛋		雞丁	京醬肉絲	肉絲	滑蛋雞柳	雞胸柳
		玉米罐頭		紅蘿蔔		洋蔥		蔥		蛋
		紅蘿蔔丁	塔香海茸	海茸		杏鮑菇		甜麵醬		生香菇
		蔥花		九層塔		紅蘿蔔	木須芽菜	木耳	長豆肉末	長豆
	黃瓜燴魚丸	大黃瓜	白菜豆腐湯	小白菜		青花菜		豆芽菜		豬肉
		魚丸		豆腐		青醬罐頭		紅蘿蔔	活力蔬菜湯	傳統豆腐
	瓜仔雞湯	雞腿丁	時令蔬菜	時令蔬菜	玉米濃湯	玉米粒	竹筍貢丸湯	竹筍		高麗菜
		脆瓜罐頭	時令水果	時令水果		玉米醬		貢丸		胡蘿蔔
		薑片				蛋		芹菜		香菇
	有機蔬菜	有機蔬菜				素火腿	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
	時令水果	時令水果				洋蔥	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
						紅蘿蔔				
					高麗菜	高麗菜				
					時令水果	時令水果				
午點	玉米脆片	玉米脆片	關東煮	白蘿蔔	餛飩湯	餛飩	麵線羹	紅麵線	地瓜薏仁湯	地瓜
	牛奶	牛奶		竹輪		小白菜		紅蘿蔔		薏仁
				甜不辣				竹筍簽		
				紅蘿蔔				濕木耳		
								蒜泥		

114年9月餐點表

	9/8星期一		9/9星期二		9/10星期三		9/11星期四		9/12星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	榨菜肉絲麵	小烏龍麵	起司饅頭	起司饅頭	鍋燒雞絲麵	雞絲麵	葡萄乾吐司	葡萄乾吐司	蔬菜麵線	麵線
		肉絲	米漿	米漿		小白菜	牛奶	牛奶		菠菜
		紅蘿蔔絲				肉絲				梅花肉片
		榨菜								紅蘿蔔
		木耳絲								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	夏威夷炒飯	豬肉絲	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		鳳梨		白米		白米
	黃瓜脆雞丁	雞胸丁	海帶滷鳥蛋	海帶結		火腿	紅燒獅子頭	獅子頭	油蔥肉燥	絞肉
		小黃瓜		鳥蛋		肉鬆		大白菜		油蔥
		紅蘿蔔	紅蘿蔔炒豆皮	紅蘿蔔		青豆仁		紅蘿蔔		豆乾丁
		甜麵醬		豆皮		洋蔥		木耳	枸杞絲瓜	枸杞
	彩椒甜不辣	甜椒	蓮藕薏仁湯	蓮藕		白米	鮑菇炒蛋	蛋		絲瓜
		甜不辣		大薏仁	青木瓜雞湯	雞丁		杏鮑菇	山藥排骨湯	山藥
	菇菇鮮肉湯	生香菇	時令蔬菜	時令蔬菜		青木瓜	海芽小魚湯	海帶芽		排骨
		肉絲	時令水果	時令水果		薑片		吻仔魚		枸杞
		鮑魚菇			時令蔬菜	時令蔬菜		蔥	時令蔬菜	時令蔬菜
		杏鮑菇			時令水果	時令水果	時令蔬菜	時令蔬菜	時令水果	時令水果
	時令蔬菜	時令蔬菜					時令水果	時令水果		
	時令水果	時令水果								
午點	綠豆芋圓湯	綠豆	馬鈴薯蔬菜湯	馬鈴薯	滑蛋小米粥	米	炒冬粉	冬粉	燒賣	燒賣
		芋圓		洋蔥		小米		肉絲	冬瓜茶	冬瓜茶
				紅蘿蔔		絞肉		紅蘿蔔絲		
				高麗菜		蛋		洋蔥		
						芹菜		木耳絲		

114年9月餐點表

	9/15星期一		9/16星期二		9/17星期三		9/18星期四		9/19星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	切仔麵	麵條	南瓜饅頭	南瓜饅頭	香菇雞蓉粥	雞絞肉	大魯麵疙瘩	水餃皮	蔥花麵包	蔥花麵包
		豆芽菜	牛奶	牛奶		乾香菇		肉絲	決明茶	決明茶
		肉燥				雞蛋		黑木耳		
						芹菜		紅蘿蔔		
						紅蘿蔔絲		雞蛋		
午餐	芋香飯	芋頭	薏仁飯	薏仁	水餃	高粒菜水餃	糙米飯	糙米	芝麻飯	芝麻
		白米		白米		素水餃		白米		白米
	叻仔魚蔥花蛋	叻仔魚	照燒菇菇豆腐	板豆腐	酸辣湯	豆腐	百頁燒肉	百頁豆腐	雞肉粉絲煲	雞肉
		蔥		生香菇		黑木耳		梅花肉		冬粉
		蛋		紅蘿蔔		紅蘿蔔		不辣豆瓣醬		蔥
	洋芋碎肉	馬鈴薯	海帶芽炒蛋	海帶芽		金茸菇		滷包	海結燒素雞	海帶結
		絞肉		炒蛋		蛋	香菇炒高麗菜	香菇		素雞
	黃瓜雞絲湯	大黃瓜	玉米金菇湯	胡蘿蔔	時令水果	時令水果		高麗菜	金針肉絲湯	豬肉絲
		雞絲		金針菇			蘿蔔排骨湯	大骨		乾金針
	時令水果	時令水果		甜玉米				白蘿蔔		嫩薑
	時令蔬菜	時令蔬菜	時令水果	時令水果				香菜	時令蔬菜	時令蔬菜
			時令蔬菜	時令蔬菜			時令蔬菜	時令蔬菜	時令水果	時令水果
							時令水果	時令水果		
午點	肉燥米粉炒	米粉	銀耳紅棗湯	白木耳	哨子麵	小烏龍麵	客家粿條	粿條	紅豆小湯圓	紅豆
		韭菜		紅棗		雞蛋		豆芽菜		小湯圓
		豆芽菜		枸杞		番茄		肉絲		
		絞肉				乾香菇		紅蘿蔔絲		
						絞肉		木耳絲		
						洋蔥				

114年9月餐點表

	9/22星期一		9/23星期二		9/24星期三		9/25星期四		9/26星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	味噌拉麵	小烏龍麵	奶酥包	奶酥包	五穀瘦肉粥	絞肉	可頌	可頌	香芋米粉湯	米粉
		味噌	低糖豆漿	低糖豆漿		小白菜	牛奶	牛奶		芋頭
		海帶芽				米				芹菜
		玉米粒				五穀米				香菇
		蔥花								
午餐	地瓜飯	地瓜	五穀飯	五穀米	金瓜炒米粉	細乾米粉	燕麥飯	燕麥	紫米飯	紫米
		白米		白米		南瓜		白米		白米
	茄汁肉片	豬肉片	三杯麵腸	麵腸		乾香菇	梅干肉片	豬肉片	滷小腿	小雞腿
		蕃茄醬		蒜仁		肉絲		梅干菜		素雞腿
		青椒		薑		芹菜末	芋香白菜	芋頭	醬豆干	豆干
		洋蔥		九層塔	紫菜魚丸湯	蔥		大白菜	三絲湯	肉絲
	叻仔魚炒豆干	叻仔魚	木耳炒蛋	木耳		紫菜	薑絲冬瓜湯	冬瓜		紅蘿蔔
		豆干丁		雞蛋		魚丸		薑		木耳絲
	味噌菇菇湯	鴻喜菇	蔬菜玉米湯	玉米	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜
		味噌		白蘿蔔	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果
		豆腐		紅蘿蔔						
		洋蔥		黑木耳						
	有機蔬菜	有機蔬菜	時令蔬菜	時令蔬菜						
	時令水果	時令水果	時令水果	時令水果						
午點	芋香西米露	芋頭	蔬菜通心粉濃湯	白醬料理塊	仙草米苔目	米苔目	綜合滷味	杏鮑菇	地瓜	地瓜
		西米露		高麗菜		仙草		烏蛋	柚子茶	柚子茶
		椰漿		洋菇				白蘿蔔		
				洋蔥				海帶結		
				馬鈴薯						
				冷凍玉米粒						
				通心粉						

114年9月餐點表

9/30 星期二									
	餐點名稱	食材內容							
早點	小兔包	小兔包							
	麥茶	麥茶							
午餐	薏仁飯	薏仁							
		白米							
	客家小炒	豆干片							
		芹菜							
		豬肉							
	奶香金草玉米	玉米粒							
		金針菇							
		奶油							
	番茄木耳蛋花湯	番茄							
		蛋							
		木耳							
	時令蔬菜	時令蔬菜							
	時令水果	時令水果							
午點	紅豆燕麥粥	紅豆							
		燕麥							

★本份餐點如對芒果、花生、牛奶、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過敏者，請聯繫班級老師。