

天主教曉星幼兒園 八 月份營養餐點表 113.08.01-113.08.31

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	四	備課日						
2	五	鮮奶、水果	肉燥麵、時令青菜、時蔬豆腐湯	豆漿、吐司	✓	✓	✓	✓
5	一	豆漿、水果	糙米飯、洋蔥滷肉、小魚豆乾、時令青菜、味噌海帶芽湯	玉米粥	✓	✓	✓	✓
6	二	豆漿、水果	滷肉飯、滷豆乾、時令青菜、冬瓜排骨湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
7	三	鮮奶、水果	夏威夷素火腿炒飯、時令青菜、玉米濃湯	紫米粥	✓	✓	✓	✓
8	四	米漿、水果	糙米飯、薑汁肉片、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯	鮮蔬冬粉湯	✓	✓	✓	✓
9	五	鮮奶、水果	蕃茄雞肉麵、時令青菜、金菇湯	鮮奶、玉米片	✓	✓	✓	✓
12	一	豆漿、水果	糙米飯、滷肉、小魚豆乾片、時令青菜、味噌豆腐湯	叻仔魚粥	✓	✓	✓	✓
13	二	米漿、水果	糙米飯、香菇肉燥、菜圃蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯	鮮奶、玉米片	✓	✓	✓	✓
14	三	豆漿、水果	咖哩雞肉燴飯、海帶芽湯、時令青菜	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
15	四	豆漿、水果	糙米飯、洋蔥肉片、蒸蛋、時令青菜、枸杞冬瓜湯	麥茶、吐司	✓	✓	✓	✓
16	五	鮮奶、水果	糙米飯、炒魷仔魚、滷油豆腐、時令青菜、南瓜濃湯	什錦魚丸湯	✓	✓	✓	✓
19	一	豆漿、水果	滷肉飯、蒸蛋、時令青菜、蔬菜南瓜湯	鹹粥	✓	✓	✓	✓
20	二	鮮奶、水果	糙米飯、滷蛋、炒豆干、時令青菜、香菇雞湯	麵疙瘩	✓	✓	✓	✓
21	三	豆漿、水果	酢醬麵、時令青菜、大黃瓜排骨湯	小湯圓	✓	✓	✓	✓
22	四	米漿、水果	糙米飯、洋芋燒雞、紅燒油豆腐、時令青菜、海帶芽湯	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
23	五	米漿、水果	肉燥麵、時令青菜、雙菇湯	玉米脆片、牛奶	✓	✓	✓	✓
26	一	豆漿、水果	瓜仔肉飯、紅燒豆腐、時令青菜、黃豆芽番茄湯	瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
27	二	豆漿、水果	糙米飯、紅燒肉、時令青菜、奶油玉米粒、紫菜蛋花湯	草莓麵包、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
28	三	鮮奶、水果	雞肉飯、時令青菜、蕃茄蛋花湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
29	四	鮮奶、水果	義大利麵、時令青菜、玉米濃湯	青菜小魚粥	✓	✓	✓	✓
30	五	豆漿、水果	壽喜燒烏龍麵、時令青菜、玉米大骨湯	鮮奶、玉米片	✓	✓	✓	✓

- ★本園一律使用國產豬肉食材。
- ★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。
- ★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。