

天主教曉星幼兒園 八 月份營養餐點表 115.8.1-115.8.31

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
3	一	備 課 日						
4	二	水果、鮮奶	白米飯、洋蔥滷肉、紅燒豆腐、時令青菜、玉米排骨湯	鮮蔬滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
5	三	水果、糙米漿	香菇肉燥麵、時令青菜、蕃茄蛋花湯	叻仔魚粥	✓	✓	✓	✓
6	四	水果、鮮奶	香菇肉羹飯、時令青菜、蕃茄豆腐湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
7	五	水果、米漿	咖哩雞肉飯、時令青菜、三絲湯	鮮奶、玉米片	✓	✓	✓	✓
10	一	水果、豆漿	白米飯、馬鈴薯燉肉、滷豆乾、時令青菜、蕃茄蛋花湯	蔬菜肉末粥	✓	✓	✓	✓
11	二	水果、豆漿	白米飯、瓜仔肉、玉米炒蛋、時令青菜、海帶芽排骨湯	翡翠肉絲麵	✓	✓	✓	✓
12	三	水果、鮮奶	雞肉親子丼飯、五行蔬菜湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
13	四	水果、糙米漿	紅藜麥飯、紅燒肉、脆炒大瓜、時令青菜、丸子湯	時蔬麵疙瘩	✓	✓	✓	✓
14	五	水果、豆漿	炸醬麵、時令青菜、冬瓜排骨湯	鮮奶、玉米片	✓	✓	✓	✓
17	一	水果、米漿	白米飯、香菇肉燥、木須蒲瓜、時令青菜、紫菜蛋花湯	蔬菜丸子麵	✓	✓	✓	✓
18	二	水果、豆漿	白米飯、洋蔥燜雞、時令青菜、綜合滷味、鮮菇湯	蔬菜雞肉粥	✓	✓	✓	✓
19	三	水果、鮮奶	什錦肉絲炒麵、青菜豆腐湯	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
20	四	水果、糙米漿	紅藜麥飯、玉米炒蛋、奶香洋芋、時令青菜、味噌湯	肉末米粉湯	✓	✓	✓	✓
21	五	水果、豆漿	茄汁雞肉燴飯、時令青菜、玉米湯	鮮奶、小餐包	✓	✓	✓	✓
24	一	水果、米漿	白米飯、蕃茄肉醬、小魚炒豆乾片、時令青菜、海帶芽湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
25	二	水果、豆漿	紅藜麥飯、茶葉蛋、時令青菜、什錦冬粉、冬瓜湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
26	三	水果、鮮奶	咖哩雞肉飯、青菜蛋花湯	大滷麵	✓	✓	✓	✓
27	四	水果、糙米漿	白米飯、洋蔥炒肉、塔香杏鮑菇、時令青菜、大黃瓜排骨湯	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
28	五	水果、豆漿	炸醬麵、青菜豆腐蛋花湯	金菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
31	一	水果、鮮奶	白米飯、鐵板豬柳、五福豆乾丁、時令青菜、鮮蔬丸子湯	蕃茄肉絲湯麵	✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬。

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★本園食用咖哩塊採用日本福岡縣【佛蒙特咖哩】。