

臺南市私立法王子托嬰中心 108 學年度第一學期 9 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2	一	吐司	五彩炒飯 蔬菜雞蛋湯 當季水果	五穀麵包+ 麥茶	芋頭、米飯 玉米、麥	肉絲、雞蛋	紅椒、黃椒、 青豆仁、蔬菜	柚子
3	二		海鮮什錦拉麵 當季水果	水煮蛋+ 洛神花	麵條、甜不辣 玉米	蝦仁、小卷	高麗菜、洋蔥、 金針菇	香蕉、洛神花
4	三		馬鈴薯燉肉 養生排骨湯 當季水果 有機時蔬	麥片優格	馬鈴薯、米飯	肉燥、排骨、 優酪乳	白蘿蔔、排骨、 枸杞、蔥、洋蔥	梨子
5	四		皮蛋瘦肉粥 當季水果	黑糖饅頭+ 冬瓜茶	米、玉米、 饅頭	豬肉、皮蛋	高麗菜、青江菜、 紅蘿蔔(時蔬)	小蕃茄
6	五		咖哩飯 菇菇湯 當季水果	餛飩蔬菜湯	麵條、玉米、 馬鈴薯	餛飩、排骨、 豬肉	紅蘿蔔、香菇、 高麗菜、時蔬、 洋蔥	蘋果
9	一		吐司	香椿菇菇炒飯 海帶芽芹菜湯	羅宋麵包+ 牛奶	米飯、玉米、 麵包、	雞蛋、牛奶	香菇、青豆、海 帶芽、芹菜
10	二	台式炒麵 蔬菜湯 當季水果		小籠包+麥茶	麵條、麥	蝦仁、肉絲	豆芽菜、韭菜、 洋蔥、木耳、 時蔬	火龍果
11	三	油豆腐香菇肉燥 香菇瓜仔雞湯 有機時蔬 當季水果		仙草蜜	米飯	絞肉、雞肉 油豆腐	香菇、脆瓜、蔥、 洋蔥	香蕉
12	四	清粥小菜 紅蘿蔔炒蛋 肉鬆 當季水果		紅豆包+ 豆漿	米、紅豆	肉鬆、雞蛋	紅蘿蔔	柿子

16	一	吐 司	蔬食炒飯 南瓜馬鈴薯濃湯 當季水果	養生麵包+ 麥茶	米飯、馬鈴 薯、南瓜、麵 包、麥	雞蛋	高麗菜、菠菜、 洋蔥	香蕉
17	二		日式胡麻醬涼麵 豆腐味噌湯 當季水果	果醬吐司+ 菊花茶	麵條、吐司	豆腐、雞肉、 雞蛋	紅蘿蔔、小黃 瓜、豌豆、洋蔥	芭樂
18	三		醬燒菇菇豬肉飯 紫菜蛋花湯 當季水果 季節時蔬	青菜貢丸湯	米飯	豬肉、雞蛋	青椒、香菇蒜、 紫菜、金針菇、 蔥	梨子
19	四		台式鹹粥 當季水果	地瓜饅頭+ 麥茶	米、麥、地瓜	蝦米、肉絲	高麗菜、紅蘿 蔔、乾香菇、蔥	香蕉
20	五		日式海鮮燴飯 豆腐香菇湯 當季水果	水煎包+ 冬瓜茶	米飯、水煎包	蝦仁、豆腐、 小卷、魚板	紅蘿蔔、洋蔥、 冬瓜、香菇	蘋果
23	一	吐 司	薑黃菇菇炒飯 海帶芽芹菜湯 當季水果	可頌麵包+ 冬瓜茶	米飯、玉米 麵包	雞蛋	薑黃、香菇、 青豆、 海帶芽芹菜	柿子
24	二		蕃茄海鮮滑蛋麵 當季水果	綠豆湯	麵條、玉米	蝦仁、雞蛋 豬肉、綠豆	紅蘿蔔、蔬菜、 冬瓜、洋蔥	芭樂
25	三		麵筋滷肉飯 榨菜肉絲湯 當季水果 有機時蔬	養生芝麻糊	米飯、芝麻	肉燥、肉絲 、麵筋	榨菜、三色豆 、香菇、芹菜	小蕃茄
26	四		洋菇蔬菜雞肉粥 當季水果	有機饅頭+ 洛神茶	米、饅頭	雞肉	洋菇、高麗菜、 豌豆、洋蔥、 甜椒	香蕉、洛神花
27	五		紅醬義大利麵 菇菇蔬菜湯 當季水果	焦糖豆花	黃豆、麵條 玉米	雞蛋、肉燥	高麗菜、香菇、 金針菇、洋蔥、 紅蘿蔔、牛蕃茄	柚子
30	一	吐 司	夏威夷炒飯 大黃瓜貢丸湯 當季水果	奶酥麵包+ 麥茶	米飯、玉米、 麥、麵包	雞蛋、貢丸	大黃瓜、青菜、 紅蘿蔔	鳳梨、香蕉

以上菜單會因應季節而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》