

臺南市私立法王子托嬰中心 110 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
1	三	吐司	豆干控肉飯 香菇味噌湯 當季水果 有機時蔬	綠豆湯	米飯、綠豆	豆干、豬肉	香菇、蔬菜 、紅蘿蔔	當季水果
2	四		叻仔魚玉米蔬菜粥 當季水果	有機饅頭 洛神茶	米飯、饅頭 、玉米	叻仔魚、肉絲	高麗菜、時菇 、紅蘿蔔	當季水果
3	五		豬排蔬食堡 蔬菜豬肉湯 當季水果	西米露	漢堡、西米露	豬肉	時蔬、洋蔥	當季水果
6	一	吐司	花椰菜蛋炒飯 四神湯 當季水果	牛角麵包 牛奶	米飯、麵包 、四神、薏仁	蛋、牛奶	綜合菇、時蔬、 花椰菜	當季水果
7	二		台式炒麵 豆腐蔬菜湯 當季水果	果醬吐司 養生茶	麵條、吐司	蝦仁、蛋 、肉絲、豆腐	高麗菜、時蔬、 豆芽菜、香菇	當季水果
8	三		蘿蔔香菇肉末飯 海帶味噌湯 有機時蔬 當季水果	仙草蜜	米飯	絞肉、肉燥	香菇、蘿蔔、 海帶、洋蔥、 仙草蜜	當季水果
9	四		玉米瘦肉粥 當季水果	三角葡萄饅頭 酸梅汁	米飯、饅頭 、酸梅	豬肉	時令五蔬、香菇	當季水果
10	五		蕃茄豬肉義大利麵 玉米濃湯 當季水果	關東煮	麵條、玉米	雞蛋、豬肉、 黑輪、米血	高麗菜、白蘿蔔	當季水果
11	六		蔥燒雞肉丼飯 海帶芽蛋花湯 當季水果	水煮蛋 決明子	米飯	雞肉、雞蛋	蔥、洋蔥、 海帶芽	當季水果
13	一	吐司	肉絲蛋炒飯 什錦蔬菜湯 當季水果	五穀麵包 牛奶	米飯、玉米	肉絲、雞蛋 牛奶、豆類	紅蘿蔔、時蔬	當季水果
14	二		海鮮什錦飯條 當季水果	雞蛋糕 麥茶	飯條、雞蛋 糕、麥	魚板、蝦仁 、花枝、肉絲	豆芽菜、時蔬	當季水果

15	三	吐 司	馬鈴薯燉肉飯 蔬菜豆腐湯 當季水果 有機時蔬	旗魚黑輪	米飯、馬鈴薯	豬肉、豆腐 、旗魚黑輪	時蔬、紅蘿蔔、 洋蔥	當季水果
16	四		菇菇蔬菜雞肉粥 當季水果	養生饅頭 牛蒡茶	米飯、饅頭	雞肉	綜合菇、青江菜、 時蔬、牛蒡	當季水果
17	五		什錦菇菇燴飯 海帶芽肉絲湯 當季水果	青菜貢丸湯	米飯	肉絲、貢丸	洋蔥、香菇、 海帶芽、時蔬	當季水果
22	三	吐 司	醬燒魯肉飯 金針肉絲湯 當季水果 有機時蔬	紅棗銀耳湯	米飯	肉絲、絞肉	時蔬、乾香菇、 銀耳、金針	當季水果
23	四		廣東粥 當季水果	芝麻饅頭 黃金柚子茶	米飯、玉米 芝麻饅頭	肉絲	時蔬、香菇	當季水果
24	五		雞肉蔬菜燴飯 養生藥膳湯 當季水果	蔬菜餛飩湯	米飯、麵皮	餛飩、雞肉	紅蘿蔔、時蔬、 綜合菇、洋蔥	當季水果
27	一	吐 司	薑黃蔬食炒飯 蘿蔔豬肉湯 當季水果	奶酥麵包 麥茶	米飯、麵包、 麥、薑黃	豬肉	洋蔥、白蘿蔔、 時蔬	當季水果
28	二		鮮菇梅花肉湯麵 當季水果	蔬菜丸子 菊花茶	麵條	梅花肉	鮮菇、蔥、 時蔬、菊花	當季水果
29	三		紅燒鮮菇雞肉飯 榨菜肉絲湯 當季水果 有機時蔬	檸檬愛玉蜜	米、馬鈴薯	雞肉、肉絲	時蔬、榨菜 、鮮菇	當季水果
30	四		叻仔魚玉米蔬菜粥 當季水果	小籠包 養生茶	米飯、小籠 包、枸杞	叻仔魚、豬絞 肉	高麗菜、時蔬 玉米、枸杞	當季水果

以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》