

臺南市私立法王子托嬰中心 111 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	四	吐 司	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、毛豆	叻仔魚、肉絲	高麗菜、時菇、 芹菜、紅蘿蔔	當季水果
2	五		豬柳日式堡 蔬菜豬肉湯 當季水果	西米露	漢堡、西米露	豬肉	時蔬、洋蔥 、美生菜	當季水果
5	一	吐 司	鮪魚玉米蛋炒飯 開胃四神湯 當季水果	牛角麵包 牛奶	米飯、麵包 、四神、薏仁	蛋、牛奶 、鮪魚	綜合菇、時蔬、 玉米、紅蘿蔔	當季水果
6	二		台式什錦炒麵 鮮味豆腐蔬菜湯 當季水果	地瓜小米甜粥	麵條、小米 、地瓜	蝦仁、蛋 、肉絲、豆腐	高麗菜、時蔬、豆 芽菜、香菇、紅蘿 蔔、木耳、小白菜	當季水果
7	三		蘿蔔香菇肉燥飯 日式海帶味噌湯 有機時蔬 當季水果	滑蛋雞絲麵	米飯、雞絲麵	蛋、肉燥 、絞肉	香菇、蘿蔔、 海帶、洋蔥、	當季水果
8	四		豬肉玉米粥 當季水果	三角葡萄饅頭 牛奶	米飯、饅頭 、毛豆	豬肉、牛奶	時蔬、香菇、 彩椒、芹菜 、木耳	當季水果
12	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、高 麗菜、洋蔥	當季水果
13	二		海鮮什錦炒飯 當季水果	餛飩蔬菜湯	飯條、雞蛋糕	魚板、蝦仁 、花枝、肉絲、 豬肉	豆芽菜、時蔬、洋 蔥、木耳、 紅蘿蔔	當季水果
14	三		馬鈴薯燉肉飯 蔬菜豆腐湯 當季水果 有機時蔬	水煮蛋 麥茶	米飯、馬鈴薯	蛋、豆腐 、豬肉	時蔬、洋蔥 、紅蘿蔔	當季水果
15	四		菇菇蔬菜雞肉粥 當季水果	黑糖饅頭 牛蒡茶	米飯、饅頭 、毛豆	雞肉	綜合菇、時蔬、牛 蒡、青江菜 、玉米	當季水果
16	五		日式散壽司 海帶芽味噌湯 當季水果	旗魚黑輪	米飯	蟹肉棒、 肉鬆、柴魚 片、黑輪	青菜、 海帶芽、小黃瓜	當季水果
19	一	吐 司	蝦仁蛋炒飯 蕃茄豆腐湯 當季水果	菠蘿麵包 牛奶	米飯、玉米	肉絲、蝦仁、 蛋、豆腐 、牛奶	牛蕃茄、時蔬、 洋蔥、高麗菜、紅 蘿蔔	當季水果

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
20	二	吐 司	什錦鍋燒意麵 當季水果	綠豆薏仁湯	麵條、綠豆 、薏仁	魚板、蝦仁 、雞蛋、肉絲 、豆漿	蔥、洋蔥、香菇、 高麗菜、木耳、 小白菜、紅蘿蔔	當季水果
21	三		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
22	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 、毛豆	肉絲、皮蛋	時蔬、香菇、蔥、 玉米、紅蘿蔔	當季水果
23	五		雞肉蔬菜燴飯 養生藥膳湯 當季水果	冬菜冬粉湯	米飯、冬粉	餛飩、雞肉	洋蔥、時蔬、冬菜、 綜合菇、紅蘿蔔 、高麗菜	當季水果
26	一		薑黃蔬食炒飯 蘿蔔豬肉湯 當季水果	奶酥麵包 牛奶	米飯、麵包、 麥、薑黃	豬肉、牛奶	洋蔥、白蘿蔔、時 蔬、菇類、 高麗菜、玉米 、紅蘿蔔	當季水果
27	二	吐 司	鮮菇梅花肉湯麵 當季水果	綠豆湯	麵條、綠豆	梅花肉	鮮菇、蔥、 時蔬、菊花	當季水果
28	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、彩椒 、木耳	當季水果
29	四		叻仔魚玉米蔬菜粥 當季水果	小籠包 養生茶	米飯、枸杞 、小籠包	叻仔魚、 豬絞肉	高麗菜、時蔬 玉米、枸杞	當季水果
30	五		日式雞肉丼飯 當季水果	枸杞蛋花麵線	米、麵線 、枸杞	雞蛋、雞肉	時蔬、洋蔥、香菇、 筍子、木耳	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》