

114年福林附幼 9 月份餐點表

| 日期 | | 早點 | 午餐 | | | | | | 午點 |
|------|---|--------------|-----------------------|-------|--------|-----|---------|-----|-------------|
| 9/1 | 一 | 雞蛋小饅頭+光泉鮮乳 | 開學日 | | | | | | |
| 9/2 | 二 | 蕃茄營養粥 | 胚芽飯 | 黃瓜雞丁 | 塔香菇菇 | 油菜 | 蘿蔔排骨湯 | 芭樂 | 陽春麵 |
| 9/3 | 三 | 水煮玉米+光泉米漿 | 小米飯 | 梅子排骨 | 洋蔥炒蛋 | 大白菜 | 洋芋雞湯 | 蘋果 | 仙草蜜 |
| 9/4 | 四 | 炒粄條 | 紫米飯 | 紅燒魚 | 甜不辣炒芹菜 | 青花椰 | 榨菜肉絲湯 | 芭樂 | 田園蔬菜粥 |
| 9/5 | 五 | 關東煮 | 鳳梨肉絲蛋炒飯+蜜汁滷肉+高麗菜+玉米濃湯 | | | | | | 蘋果 滷蛋+麥茶 |
| 9/8 | 一 | 生日蛋糕+光泉鮮乳 | 有機米 | 番茄雞丁 | 紅燒冬瓜 | 油菜 | 海芽蛋花湯 | 芭樂 | 玉米雞絨粥 |
| 9/9 | 二 | 清麵線 | 胚芽飯 | 清蒸多利魚 | 紅蘿蔔炒蛋 | 青江菜 | 玉米海結湯 | 蘋果 | 青菜餛飩湯 |
| 9/10 | 三 | 水餃+香蔥蛋花湯 | 燕麥飯 | 蘿蔔燒肉 | 蔥油筍白筍 | 大白菜 | 肉骨茶湯 | 芭樂 | 紅豆薏仁湯 |
| 9/11 | 四 | 吻魚瘦肉粥 | 紫米飯 | 蒜泥白肉 | 四季豆炒肉絲 | 青花椰 | 地瓜雞湯 | 美濃瓜 | 香煎蘿蔔糕+枸杞紅棗湯 |
| 9/12 | 五 | 玉米脆片+光泉鮮奶 | 炸醬麵+塔香油豆腐+高麗菜+酸辣湯 | | | | | | 香蕉 米苔目湯 |
| 9/15 | 一 | 黑糖小饅頭+光泉鮮奶 | 有機米 | 橙汁里肌 | 黃瓜炒玉米筍 | 油菜 | ABC營養湯 | 芭樂 | 魚丸米粉湯 |
| 9/16 | 二 | 清粥小菜 | 胚芽飯 | 香嫩豬排 | 番茄炒蛋 | 青江菜 | 蒜頭雞湯 | 蘋果 | 檸檬愛玉湯 |
| 9/17 | 三 | 蒸地瓜+光泉豆漿 | 小米飯 | 鮮蔬雞丁 | 涼拌豆腐 | 大白菜 | 黃瓜排骨湯 | 火龍果 | 綠豆薏仁湯 |
| 9/18 | 四 | 鮮蔬炒麵 | 紫米飯 | 洋芋燉肉 | 塔香蛤蠣 | 青花椰 | 番茄豆腐湯 | 蘋果 | 馬來糕+光泉豆漿 |
| 9/19 | 五 | 咖哩丸子湯 | 茄汁蛋炒飯+滷丸子+高麗菜+玉筍鮮菇湯 | | | | | | 香蕉 鮪魚粥 |
| 9/22 | 一 | 毛巾捲蛋糕+光泉豆漿 | 有機米 | 味噌肉片 | 螞蟻上樹 | 油菜 | 洋芋排骨湯 | 芭樂 | 通心粉濃湯 |
| 9/23 | 二 | 雞絲麵 | 胚芽飯 | 涼拌雞絲 | 香煎豆腐 | 青江菜 | 紫菜蛋花湯 | 蘋果 | 田園蔬菜粥 |
| 9/24 | 三 | 珍珠丸子+光泉米漿 | 燕麥飯 | 糖醋排骨 | 玉米炒雞茸 | 大白菜 | 菜脯雞湯 | 芭樂 | 雙色芋圓湯 |
| 9/25 | 四 | 香菇雞肉粥 | 紫米飯 | 海鮮咖哩 | 日式蒸蛋 | 青花椰 | 味噌小魚豆腐湯 | 西瓜 | 滷蛋+冬瓜茶 |
| 9/26 | 五 | 蘿蔔糕湯 | 炒烏龍+海結鴿蛋豆干+高麗菜+洋芋濃湯 | | | | | | 香蕉 高纖地瓜湯 |
| 9/29 | 一 | 孔子誕辰紀念日教師節補假 | | | | | | | |
| 9/30 | 二 | 鮮奶饅頭+光泉鮮乳 | 有機米 | 番茄打拋 | 醬燒海帶絲 | 油菜 | 蘿蔔雞湯 | 芭樂 | 冬瓜西米露 |



溫故而知新
學而時習之
不亦說乎
知之者不如也
學而時習之不亦說乎



※以上餐點如有食材調配問題，會依當下狀況進行更動，感謝家長們體諒 ^.^

※配合政府推廣有機食品，將於每週星期一提供有機米食用，感謝！

※本園一律使用國產臺灣雞、豬，敬請家長安心！