

台南市私立麻豆樂人幼兒園 110 年 9 月份幼生菜單

※本園餐點採兩週輪替方式進行(單週:每月 1. 3. 5 週、雙週:每月 2. 4 週)。

※餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。 ※蔬菜、水果以季節性出產品為主。

日期	上午點心		中午午餐			下午點心	
	餐點	食材	餐點	食材		餐點	食材
9/1 (三)	麵線蛋花湯	麵線 油蔥酥 蛋 蔥	麥片飯	米+麥片		椰奶西米露	椰奶 西米露 花生 芋頭 地瓜
9/15 (三)			打拋豬肉	絞肉+四季豆+番茄+九層塔+蔥花			
9/29 (三)			新鮮蔬菜	紅蘿蔔+蛋+蔥花			
			油豆腐粉絲湯	油豆腐+冬粉+冬菜+蔥花			
			時令水果	9/1 香蕉🍌	9/15 蘋果🍏	9/29 芭樂🍌	
9/2 (四)	虱目魚粥	虱目魚肉 油蔥酥 薑絲 白飯	麥片飯	米+麥片		蝦米米粉湯	蝦米 肉絲 米粉 韭菜
9/16 (四)			豬肉燴飯	空心菜+火鍋肉片+沙茶醬+蒜頭			
9/30 (四)			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋+蔥花			
			時令水果	9/2 紅龍果🍉	9/16 柳橙🍊		
9/3 (五)	鍋燒意麵	意麵 蛋 白菜 肉絲	麥片飯	米+麥片		綠豆薏仁湯	綠豆 薏仁 地瓜
9/17 (五)			香腸炒飯	香腸+高麗菜+蛋+蒜頭+蔥花			
			大黃瓜香菇丸湯	大黃瓜+香菇丸+油蔥酥			
			時令水果	9/3 芭樂🍌	9/17 蘋果🍏		
9/6 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶	麥片飯	米+麥片		黑糖饅頭 麥茶	黑糖饅頭 麥茶
9/11 (六)			冬瓜肉末	冬瓜+絞肉+蔥花			
			新鮮蔬菜	三色豆+蛋+蔥花			
			豆腐味噌湯	豆腐+味噌+蔥花+小魚乾			
			時令水果	9/4 香蕉🍌	9/18 芭樂🍌		
9/7 (二)	雞蓉玉米粥	雞胸肉 玉米 蛋 白飯	芝麻飯	白飯+芝麻		水煮蛋 白菜魚丸湯	蛋 白菜 小魚丸 油蔥酥
			壽喜燒肉	肉片+金針菇+秀珍菇+魚板+蒜頭			
			新鮮蔬菜	高麗菜+香菇+紅蘿蔔絲+蒜頭			
			白菜豬肝湯	白菜+豬肝+薑絲			
			時令水果	9/7 紅龍果🍉	9/21 柳橙🍊		
9/8 (三)	皮蛋瘦肉粥	皮蛋 鹹蛋 肉絲 蔥花	麥片飯	米+麥片		肉燥拉麵	絞肉 拉麵 白菜 魚板
9/22 (三)			木耳榨菜炒肉絲	木耳絲+榨菜絲+肉絲+蔥			
			新鮮蔬菜	牛番茄+蛋+蔥			
			青蒜海底雞湯	海底雞罐+香菇+豆腐+肉絲+蒜苗			
			時令水果	9/8 蘋果🍏	9/22 香蕉🍌		
9/9 (四)	水餃蛋花湯	水餃 蛋 白菜 油蔥酥	麥片飯	米+麥片		冬菜冬粉湯	冬菜 肉絲 貢丸 冬粉 芹菜
9/23 (四)			清蒸虱目魚肉	虱目魚肉+薑絲+樹子			
			新鮮蔬菜	菜豆+秀珍菇+蒜頭			
			白蘿蔔貢丸湯	白蘿蔔+貢丸+大骨			
			時令水果	9/9 芭樂🍌	9/23 紅龍果🍉		
9/10 (五)	蘿蔔糕蛋花湯	蘿蔔糕 蛋 油蔥酥 紅蘿蔔 白菜	麥片飯	米+麥片		板條肉絲湯	板條 肉絲 韭菜 油蔥酥
9/24 (五)			咖哩雞肉燴飯	咖哩塊+雞胸肉+洋蔥+馬鈴薯+紅蘿蔔			
			筍絲肉絲湯	筍絲+肉絲+蔥花			
			時令水果	9/10 蘋果🍏	9/24 火龍果🍉		
9/13 (一)	肉羹麵	肉絲 魚羹 蛋 柴魚片 關廟麵	麥片飯	米+麥片		蛋糕 鮮肉包 紫菜蛋花湯	杯子蛋糕 鮮肉包 紫菜 蛋花
9/27 (一)			麻婆豆腐	豆腐+絞肉+豆瓣醬+蔥花			
			新鮮蔬菜	油菜+秀珍菇+蒜頭			
			紫菜蛋花湯	紫菜+蛋+蔥花			
			時令水果	9/11 香蕉🍌	9/25 蘋果🍏		
9/14 (二)	雲吞蛋花湯	雲吞 蛋 白菜	芝麻飯	白飯+芝麻		榨菜肉絲麵	肉絲 榨菜 關廟麵 油蔥酥
9/28 (二)			粉蒸肉	芋頭+肉絲+蒸肉粉+蔥段			
			新鮮蔬菜	洋蔥+蛋+蔥花			
			大黃瓜貢丸湯	大黃瓜+貢丸			
			時令水果	9/14 蘋果🍏	9/28 芭樂🍌		

園長核章：

餐點設計：李緣惠