

財團法人天主教方濟各會附設臺南市私立麻豆樂人幼兒園 111 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 (四)	虱目魚粥	虱目魚肉 油蔥酥 薑絲 白飯	古早味米粉	高麗菜+米粉+肉絲+蝦米+香菇	椰奶西米露	椰奶 西米露 芋頭圓 地瓜圓
9/15 (四)				+紅蘿蔔+蛋		
9/29 (四)			粉絲肉絲湯	肉絲+冬粉+冬菜+蔥花		
			時令水果	西瓜  蘋果 		
9/2 (五)	滑蛋麵線	麵線 蛋 油蔥酥	麥片飯	米+麥片	關東煮	白蘿蔔 黑輪 米血 香菇丸
9/16 (五)			黃燜雞	馬鈴薯+雞胸肉+洋蔥		
9/30 (五)			新鮮蔬菜	菜豆+秀珍菇+蒜頭		
			紫菜蛋花湯	紫菜+蛋花+蔥花		
			時令水果	紅龍果  蘋果 		
9/5 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶	麥片飯	米+麥片	綠豆薏仁湯	綠豆 薏仁
9/19 (一)			鹹魚炒飯	鹹魚+高麗菜+蛋+紅蘿蔔+肉絲		
			大黃瓜香菇丸湯	大黃瓜+香菇丸		
			時令水果	芭樂  蘋果 		
9/6 (二)	鍋燒意麵	意麵 蛋 白菜 肉絲	麥片飯	米+麥片	黑糖饅頭 麥茶	黑糖饅頭 麥茶
9/20 (二)			蒼蠅頭	絞肉+韭菜花+豆鼓+蒜頭		
			新鮮蔬菜	莧菜+魷仔魚+蒜頭		
			豆腐味噌湯	豆腐+味噌+蔥花+小魚乾		
			時令水果	西瓜  芭樂 		
9/7 (三)	雞蓉玉米粥	雞肉 玉米 蛋 白飯	芝麻飯	白飯+芝麻	水煮蛋 白菜魚丸湯 生日蛋糕	蛋 白菜 小魚丸 杯子蛋糕 蛋糕
9/21 (三)			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	紅龍果  蘋果 		
9/8 (四)	水餃蛋花湯	水餃 蛋 白菜 油蔥酥	麥片飯	米+麥片	肉燥拉麵	絞肉 拉麵 白菜 魚板
9/22 (四)			木耳榨菜炒肉絲	木耳絲+榨菜絲+肉絲+蔥		
			新鮮蔬菜	絲瓜+金珍菇		
			青蒜海底雞湯	海底雞罐+香菇+豆腐+肉絲+蒜苗		
			時令水果	蘋果  香蕉 		
9/23 (五)	皮蛋瘦肉粥	皮蛋 鹹蛋 肉絲 蔥花	白醬通心麵	通心麵+絞肉+綠花椰菜+奶油白醬+紅蘿蔔+磨菇+洋蔥	冬菜冬粉湯	冬菜 肉絲 貢丸 冬粉 芹菜
			玉米濃湯	玉米粒+馬鈴薯+洋蔥+蛋花+紅蘿蔔		
			時令水果	芭樂  西瓜 		
9/12 (一)	肉羹麵	肉絲 魚羹 蛋 柴魚片 關廟麵	麥片飯	米+麥片	板條肉絲湯	板條 肉絲 韭菜 油蔥酥
9/26 (一)			麻婆豆腐	豆腐+絞肉+豆瓣醬+蔥花		
			新鮮蔬菜	油菜花+秀針菇+蒜頭		
			白菜魚丸湯	白菜+魚丸+蔥花		
			時令水果	蘋果  火龍果 		
9/13 (二)	蘿蔔糕蛋花湯	蘿蔔糕 蛋 油蔥酥 白菜	麥片飯	米+麥片	鮮肉包 紫菜蛋花湯	鮮肉包 紫菜 蛋花
9/27 (二)			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	西瓜  蘋果 		
9/14 (三)	雲吞蛋花湯	雲吞 蛋 白菜	麥片飯	白飯+麥片	榨菜肉絲麵	肉絲 榨菜絲 關廟麵 油蔥酥
9/28 (三)			粉蒸肉	芋頭+肉絲+蒸肉粉+蔥段		
			新鮮蔬菜	竹筍+木耳+蒜頭		
			大黃瓜貢丸湯	大黃瓜+貢丸		
			時令水果	蘋果  芭樂 		

園長核章: **園長蘇慧雀** 餐點設計: Lisa