

八月份餐點表

日	星期	活力早餐	營養午餐	可口點心	水果	餐點類別檢核			
						全穀根莖類	肉豆蛋奶	蔬菜類	水果類
1	一	玉米蛋餅、紫菜湯	蠔油雞肉燴飯、當季水果 (白米、雞肉、白蘿蔔、大白菜、香菇)	雞蛋麵線	火龍果	V	V	V	V
2	二	芋泥包、牛奶	木須炒麵、肉羹湯、當季水果 (油麵、里肌肉絲、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔、香菇、大白菜、肉羹、筍絲)	竹筍五穀粥 (高麗菜、絞肉、香菇)	蘋果	V	V	V	V
3	三	蒸餃、味噌湯	白飯、香菇肉燥、玉米炒蛋、炒高麗菜、豆皮味噌湯、當季水果 (白米、絞肉、香菇、玉米粒、蛋、豆皮)	仙草蜜	芒果	V	V	V	V
4	四	玉米滑蛋粥	大魯麵、當季水果 (關廟麵、里肌肉絲、木耳、筍絲、大白菜)	藍莓吐司、麥香牛奶	香蕉	V	V	V	V
5	五	黑糖饅頭、豆漿	小米飯、紅糟肉、腐乳高麗菜、炒青江菜、米血湯、當季水果 (白米+小米、里肌肉片、豆腐乳、高麗菜)	當歸麵線 (皮絲、紅麵線)	蘋果	V	V	V	V
6	六		假日						
7	日		假日						
8	一	鍋燒意麵 (意麵、青菜、紅蘿蔔、蛋)	水餃、酸辣湯、當季水果 (豬肉水餃、紅蘿蔔、香菇、筍絲、木耳、豆腐)	中式飯團、麥茶	蘋果	V	V	V	V
9	二	蘿蔔糕、蛋花湯	醬油什錦蛋炒飯、炒油菜、榨菜肉絲湯、當季水果 (白米、玉米粒、洋蔥、高麗菜、榨菜、里肌肉絲)	米粉湯 (米粉、絞肉、豆芽菜、韭菜)	火龍果	V	V	V	V
10	三	原味饅頭、牛奶	燕麥飯、蔥爆肉絲、黑輪大黃瓜、炒小白菜、紫菜金針湯、當季水果 (白米+燕麥、里肌肉絲、洋蔥、黑輪、大黃瓜、金針菇)	黑糖珍珠	香蕉	V	V	V	V
11	四	長豆粥 (長豆、絞肉、香菇)	陽春麵、滷蛋、炒青江菜、當季水果 (關廟麵、絞肉、韭菜)	奶酥吐司、決明子茶	芭樂	V	V	V	V
12	五	奶皇包、豆漿	白飯、瓜仔雞腿、干絲海帶、炒青江菜、魚丸湯、當季水果 (白米、花瓜、豆干絲、海帶絲、魚丸)	蔬菜板條 (板條、絞肉、豆芽菜、韭菜)	芒果	V	V	V	V
13	六		假日						
14	日		假日						
15	一	肉燥湯麵 (關廟麵、絞肉、青菜)	地瓜粥、香蔥煎蛋、炒地瓜葉、肉鬆、當季水果 (白米、地瓜、青蔥、蛋)	關東煮 (白蘿蔔、黑輪、貢丸、油豆腐、香菇)	火龍果	V	V	V	V
16	二	草莓吐司、牛奶	香菇肉羹飯、當季水果 (白米、里肌肉絲、筍絲、大白菜、香菇)	豆菜麵 (油麵、豆芽菜)	蘋果	V	V	V	V
17	三	韭香米苔目 (米苔目、絞肉、豆芽菜、韭菜)	白飯、地瓜燒雞、沙茶豆干、炒高麗菜、海芽玉米湯、當季水果 (白米、地瓜、雞肉、豆干、玉米粒)	小麵包-奶酥、枸杞紅棗茶	芒果	V	V	V	V
18	四	小肉包、柴魚湯	白醬通心麵、蔬菜湯、當季水果 (通心麵、絞肉、三色豆、玉米粒、洋蔥、高麗菜)	麥克雞塊、冬瓜檸檬	芭樂	V	V	V	V
19	五	麻油麵線	糙米飯、紅燒豆腐、素沙茶白菜、干絲海帶、豆薯肉絲湯、當季水果 (白米+糙米、豆腐、大白菜、豆薯)	吐司、玉米濃湯 (玉米粒、玉米醬、蛋)	香蕉	V	V	V	V
20	六		假日						
21	日		假日						
22	一	黑糖饅頭、牛奶	日式炒麵、味噌豆腐湯、當季水果 (涼麵、香菇、魚板、高麗菜、嫩豆腐)	廣東粥 (皮蛋、玉米粒、紅蘿蔔)	芭樂	V	V	V	V
23	二	沙茶湯麵 (關廟麵、青菜、蛋)	咖哩雞肉燴飯、大黃瓜湯、當季水果 (白米、雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、大黃瓜)	榨菜肉絲麵 (關廟麵、榨菜、里肌肉絲、小白菜)	蘋果	V	V	V	V
24	三	豆沙包、豆漿	白飯、蔥燒豆包、芹香豆芽、炒小白菜、薑絲冬瓜湯、當季水果 (白米、豆包、西芹、豆芽菜、冬瓜)	雙圓綠豆湯 (芋圓、地瓜圓)	香蕉	V	V	V	V
25	四	魷仔魚粥 (魷仔魚、紅蘿蔔、玉米粒)	漢堡、玉米濃湯、當季水果 (麵包、里肌肉片、蛋、玉米粒、玉米醬)	起司吐司、黑豆茶	芭樂	V	V	V	V
26	五	鍋燒雞絲麵 (雞絲麵、青菜、紅蘿蔔、蛋)	小米飯、肉燥、炒冬粉、炒高麗菜、當歸湯、當季水果 (白米+小米、絞肉、冬粉)	冬瓜愛玉	芒果	V	V	V	V
27	六		假日						
28	日		假日						
29	一	原味饅頭、牛奶	沙茶豬肉燴飯、當季水果 (白米、里肌肉絲、高麗菜、魚丸、金針菇)	香菇雞湯麵 (關廟麵、雞肉、香菇)	香蕉	V	V	V	V
30	二	南瓜粥 (南瓜、杏鮑菇、絞肉)	肉燥乾拌麵、滷蛋、炒青江菜、竹筍貢丸湯、當季水果 (涼麵、絞肉、竹筍、貢丸)	草莓吐司、冬瓜茶	蘋果	V	V	V	V
31	三	餛飩湯麵 (關廟麵、餛飩、小白菜)	白飯、瓜仔肉燥、馬鈴薯燴玉米、炒小白菜、紫菜蛋花湯、當季水果 (白米、花瓜、絞肉、馬鈴薯、玉米粒)	稀飯、肉鬆	芭樂	V	V	V	V

【本園使用台灣國產豬肉】