

臺北市碧湖國小附設幼兒園 109 學年度 9 月份幼兒餐點表 3-5 歲班

日期	星期	上午--活力點心	營養午餐 (附水果一份)	下午--溫馨午茶
8/31	一	鮮奶吐司、鮮奶	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	香甜布丁
9/01	二	鯛魚彩菇麵線	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	皮蛋瘦肉粥
9/02	三	鮭魚麵包、燕麥飲	白米飯、木耳炒肉絲、玉米蒸蛋、炒大陸妹、蕃茄蛋花湯	鍋貼、豆漿
9/03	四	高麗菜蘿蔔排骨粥	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	肉鬆飯糰
9/04	五	香菇肉燥米粉	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	綠豆薏仁湯
9/07	一	可頌麵包、優酪乳	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	綠豆豆漿豆花
9/08	二	什錦湯麵	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	牛蒡排骨粥
9/09	三	蛋餅、豆漿	綜合咖哩飯、炒小松菜、冬瓜排骨湯	饅頭、檸檬奇亞籽
9/10	四	一品海鮮粥	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	紅豆芝麻湯圓
9/11	五	起司饅頭、豆漿	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	蒸地瓜
9/14	一	菠蘿麵包、鮮奶	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	玉米雞肉粥
9/15	二	蒜香雞絲麵	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	高麗菜包、冬瓜茶
9/16	三	慶生蛋糕、麥茶	胚芽飯、醬燒馬鈴薯雞丁、櫛瓜炒綜合菇、炒 A 菜、豆芽排骨湯	香菇雞湯
9/17	四	清粥小菜	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	油豆腐蘿蔔湯
9/18	五	芋頭米粉湯	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	地瓜芋圓甜湯
9/21	一	椰子吐司、鮮奶	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	豬肉味噌湯飯
9/22	二	香菇雞湯麵	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	綠豆仁西谷米
9/23	三	香蒜麵包、米漿	白米飯、香煎鮭魚、香菇肉燥、炒大陸妹、玉米排骨湯	奶皇包、麥茶
9/24	四	山藥排骨粥	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	炒烏龍麵
9/25	五	水餃、紫菜蛋花湯	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	米苔目仙草
9/26	六	珍珠丸、黑芝麻鮮豆漿	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	玉米排骨湯
9/28	一	玉米脆片、鮮奶	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	什錦麵疙瘩
9/29	二	蛤蠣絲瓜湯冬粉	請參考 9 月份統鮮餐廚菜單	蘿蔔糕、米漿
9/30	三	杯子蛋糕、優酪乳	胚芽飯、酥炸鯛魚片、三色肉絲、空心菜、蕃茄蛋花貢丸湯	菜肉餛飩湯
備註	1. 本餐點表會視情況所需而做部分調整與變更。 2. 每日午餐後均附新鮮水果，以當季應時水果為主做為調配。 3. 每日午餐由國小的中央餐廚系統【統鮮餐廚】安排菜色與供餐，上、下午點心及週三午餐由幼兒園餐點組安排菜色，園內廚工料理供餐。			

臺北市碧湖國小附設幼兒園 109 學年度 9 月份幼兒餐點表 2 歲班

日期	星期	上午--活力點心	營養午餐 (附水果一份)	下午--溫馨午茶
8/31	一	鮮奶吐司、鮮奶	胚芽飯、椒鹽魚片、毛豆蝦仁、炒 A 菜、海帶魚丸味噌湯	香甜布丁
9/01	二	鯛魚彩菇麵線	白米飯、紅蘿蔔炒蛋、玉米雞肉、川燙花椰菜、蘿蔔排骨湯	皮蛋瘦肉粥
9/02	三	鮭魚麵包、燕麥飲	白米飯、木耳炒肉絲、玉米蒸蛋、炒大陸妹、蕃茄蛋花湯	鍋貼、豆漿
9/03	四	高麗菜蘿蔔排骨粥	紫米飯、清蒸瓜仔肉、炸花枝丸、炒小白菜、香菇雞湯	肉鬆飯糰
9/04	五	香菇肉燥米粉	糙米飯、蕃茄炒蛋、豆乾吻仔魚、炒青江菜、黃瓜大骨湯	綠豆薏仁湯
9/07	一	可頌麵包、優酪乳	糙米飯、竹筍炒肉絲、南瓜煎蛋、炒高麗菜、竹筍排骨湯	綠豆豆漿豆花
9/08	二	什錦湯麵	高麗菜豬肉水餃、甜椒大陸妹、海帶豆腐味噌湯	牛蒡排骨粥
9/09	三	蛋餅、豆漿	綜合咖哩飯、炒小松菜、冬瓜排骨湯	饅頭、檸檬奇亞籽
9/10	四	一品海鮮粥	紫米飯、馬鈴薯燉肉、紅蘿蔔炒雙菇、秋葵肉末、紫菜蛋花湯	紅豆芝麻湯圓
9/11	五	起司饅頭、豆漿	白米飯、香菇玉米蒸蛋、炒雙色花椰菜、茄汁雕魚、蛤蠣冬瓜湯	蒸地瓜
9/14	一	菠蘿麵包、鮮奶	胚芽飯、三色雞丁、洋蔥炒蛋、紅蘿蔔青江菜、山藥雞湯	玉米雞肉粥
9/15	二	蒜香雞絲麵	糙米飯、吻仔魚絲瓜、香菇肉燥、炒空心菜、大黃瓜排骨湯	高麗菜包、冬瓜茶
9/16	三	慶生蛋糕、麥茶	胚芽飯、醬燒馬鈴薯雞丁、櫛瓜炒綜合菇、炒 A 菜、豆芽排骨湯	香菇雞湯
9/17	四	清粥小菜	客家炒米粉、川燙玉米筍、青菜豆腐湯	油豆腐蘿蔔湯
9/18	五	芋頭米粉湯	白米飯、豆乾肉絲、吻仔魚莧菜、蕃茄炒蛋、芹香貢丸湯	地瓜芋園甜湯
9/21	一	椰子吐司、鮮奶	白米飯、南瓜豬肉、香菇蒸蛋、蒜炒高麗菜、冬瓜排骨湯	豬肉味噌湯飯
9/22	二	香菇雞湯麵	糙米飯、糖醋雞丁、空心菜炒肉絲、炒小松菜、福州丸鮮菇湯	綠豆仁西谷米
9/23	三	香蒜麵包、米漿	白米飯、香煎鮭魚、香菇肉燥、炒大陸妹、玉米排骨湯	奶皇包、麥茶
9/24	四	山藥排骨粥	白米飯、蔥爆肉絲、紅燒豆腐、黑葉白菜、味噌豆腐湯	炒烏龍麵
9/25	五	水餃、紫菜蛋花湯	雞肉什錦炒麵、荷蘭豆炒玉米筍、青菜蛋花湯	米苔目仙草
9/26	六	珍珠丸、黑芝麻鮮豆漿	胚芽飯、毛豆魚肉、香煎豆腐、清炒高麗菜、芹香花枝丸湯	玉米排骨湯
9/28	一	玉米脆片、鮮奶	鳳梨炒飯、炒 A 菜、蘿蔔湯	什錦麵疙瘩
9/29	二	蛤蠣絲瓜湯冬粉	白米飯、鴻禧菇雞肉、茄子肉末、炒蚵白菜、福州丸湯	蘿蔔糕、米漿
9/30	三	杯子蛋糕、優酪乳	胚芽飯、酥炸鯛魚片、三色肉絲、空心菜、番茄蛋花貢丸湯	菜肉餛飩湯
備註	1. 本餐點表會視情況所需而做部分調整與變更。 2. 每日午餐後均附新鮮水果，以當季應時水果為主做為調配。 3. 此菜單由幼兒園餐點組安排菜色，園內廚工料理供餐。			