

新北市私立徐匯幼兒園110年8月餐點表

日期	星期	午 餐							午 點	熱量 卡	醣類 公克	蛋白質 公克	脂肪 公克
		早 點	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果					
2	一	小饅頭、牛奶	糙米飯	瓜仔肉	蒸蛋	時令蔬菜	貢丸湯	時令水果	油豆腐細粉	899	94	44	37
3	二	什錦湯麵	糙米飯	馬鈴薯燉肉	涼拌沙拉	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	檸檬愛玉	905	104	35	32
4	三	廣東粥	糙米飯	咕咾肉	玉米滑蛋	時令蔬菜	黃瓜湯	時令水果	榨菜肉絲麵	876	84	38	35
5	四	丸子粉絲	糙米飯	紅麴燒肉	小黃瓜甜不辣	時令蔬菜	海帶豆腐湯	時令水果	香菇肉粥	875	108	35	32
6	五	蔬菜湯餃	創意美食-營養飯糰				味噌湯	時令水果	什錦豆花	863	130	30	23
9	一	馬拉糕、豆漿	糙米飯	京醬肉絲	家常豆腐	時令蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	肉絲湯麵	911	77	45	43
10	二	肉鬆稀飯	糙米飯	蜜汁小雞腿	香拌木耳絲	時令蔬菜	南瓜蔬菜湯	時令水果	蘿蔔糕湯	907	70	40	39
			(大班)創意美食-總匯披薩							860	104	37	31
11	三	鍋燒麵	糙米飯	古早味滷肉	素炒三菇	時令蔬菜	紅棗枸杞湯	時令水果	皮蛋瘦肉粥	923	130	36	27
12	四	火腿蛋黃粥	糙米飯	鱈魚排	蘿蔔燒麵輪	時令蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	雞蛋麵	840	95	30	33
			(中班)創意美食-總匯披薩							860	104	37	31
13	五	魚丸米粉	糙米飯	三杯雞	滷豆腐	時令蔬菜	海帶芽蛋花湯	時令水果	仙草蜜	851	97	31	36
			(小班)創意美食-總匯披薩							860	104	37	31
16	一	馬拉糕、牛奶	糙米飯	糖醋肉	胡蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	鮮菇湯	時令水果	什錦米粉湯	863	101	37	28
17	二	玉米雞蓉粥	糙米飯	紅燒獅子頭	麻婆豆腐	時令蔬菜	薑絲蚬湯	時令水果	肉羹稀飯	853	128	26	23
18	三	什錦冬粉	糙米飯	梅干扣肉	雙色雞蛋豆腐	時令蔬菜	冬瓜雞骨湯	時令水果	肉絲青菜粥	886	90	35	34
19	四	台式鹹粥	糙米飯	雞肉卷	涼拌黑木耳	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	粉圓米苔目	875	83	42	40
20	五	肉燥粿仔條	創意美食-香Q涼麵				竹筍湯	時令水果	什錦玉米粥	905	104	35	32
23	一	黑糖饅頭、米漿	糙米飯	滷棒棒腿	三色彩椒	時令蔬菜	黃瓜丸子湯	時令水果	芋頭米粉	857	83	42	40
24	二	香菇肉絲麵	糙米飯	彩椒豬柳	羅勒煎蛋	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	火腿滑蛋粥	842	78	39	36
25	三	蘿蔔糕湯	糙米飯	香酥雞胸肉	紅燒素雞	時令蔬菜	蔬菜湯	時令水果	貢丸粉絲	853	128	26	23
26	四	味噌拉麵	糙米飯	竹筍燒肉	菜圃蛋	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	菠菜湯餃	924	139	33	24
27	五	皮蛋瘦肉粥	什錦肉絲炒飯、酸辣湯					時令水果	生日蛋糕	869	109	30	25
30	一	小肉包、豆漿	糙米飯	粉蒸肉	薑絲絲瓜	時令蔬菜	金針湯	時令水果	燕麥綠豆湯	902	98	32	31
31	二	雞絲米苔目	糙米飯	日式豬排	番茄炒蛋	時令蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	甜不辣	896	103	38	42

本園一律使用芬芳烹材提供的CAS合格電宰場屠宰的國產優良畜養豬隻，請安心食用。

如因遇天災或不可抗力之因素，有些食材無法供應時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭