

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園111年9月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐					午 點	熱量 卡	醣類 公克	蛋白質 公克	脂肪 公克	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯						水果
1	四	貢丸冬粉	糙米飯	紅燒雞肉	胡蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	鍋燒麵	854	100	35	34
2	五	廣東粥	蒜香雞肉義大利麵、南瓜濃湯					時令水果	客家粿條	863	98	37	35
5	一	小籠包、牛奶	糙米飯	馬鈴薯燉肉	玉米蛋鬆	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	肉絲湯麵	910	122	36	30
6	二	滑蛋瘦肉粥	糙米飯	蜜汁雞柳	洋芋沙拉	時令蔬菜	豆芽雞骨湯	時令水果	什錦冬粉	917	113	40	33
7	三	咖哩拉麵	糙米飯	梅干扣肉	番茄炒蛋	時令蔬菜	薑絲蜆湯	時令水果	蔬菜湯餃	867	107	38	31
8	四	肉鬆稀飯	糙米飯	糖醋腿丁	家常豆腐	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	粉圓豆花	852	102	37	32
9	五	~<中秋連假>祝您佳節愉快~											
12	一	小饅頭、牛奶	糙米飯	洋蔥豬柳	紅燒麵腸	時令蔬菜	紫菜魚丸湯	時令水果	蔬菜麵	891	115	36	31
13	二	什錦稀飯	糙米飯	竹筍肉絲	醬燒豆腐	時令蔬菜	南瓜蔬菜湯	時令水果	肉燥米粉	873	104	38	33
14	三	烏龍麵	糙米飯	三杯雞	香拌木耳絲	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	南瓜營養粥	870	116	32	30
15	四	蘿蔔糕湯	糙米飯	蒜香里肌	蒸蛋	時令蔬菜	豬血湯	時令水果	貢丸粉絲	884	107	31	36
16	五	蕃茄麵	日式蛋炒飯、海帶芽湯					時令水果	菠菜小魚粥	913	104	39	37
19	一	奶皇包、牛奶	糙米飯	香菇滷肉	塔香炒蛋	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	綠豆湯	890	96	39	38
20	二	枸杞麵線	糙米飯	蔥爆雞丁	毛豆炒豆乾	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	榨菜肉絲麵	903	108	37	35
21	三	田園蔬菜粥	糙米飯	彩椒肉絲	糖醋甜不辣	時令蔬菜	牛蒡湯	時令水果	關東煮	875	113	34	31
22	四	雞蛋麵	糙米飯	紅燒獅子頭	三杯菇菇	時令蔬菜	雞蓉玉米湯	時令水果	仙草蜜	894	109	36	34
23	五	皮蛋瘦肉粥	什錦海陸炒麵、紅棗枸杞湯					時令水果	米粉湯	915	122	35	31
26	一	黑糖饅頭、牛奶	糙米飯	脆瓜燉肉	滑嫩洋蔥蛋	時令蔬菜	玉米雞骨湯	時令水果	蔬菜冬粉	838	103	37	30
27	二	味噌拉麵	糙米飯	咕咾肉	麻婆豆腐	時令蔬菜	竹筍湯	時令水果	香菇肉絲粥	904	123	38	28
28	三	果醬吐司	戶外教學-準休閒農場(自備午餐)						沙其瑪				
29	四	油豆腐細粉	糙米飯	滷豬排	照燒素雞	時令蔬菜	蕃茄蛋花湯	時令水果	鍋燒意麵	860	103	38	32
30	五	玉米雞蓉粥	豬肉燴飯、菇菇蔬菜湯					時令水果	生日蛋糕	869	105	36	33

本園未使用輻射污染食品，並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