

臺南市私立魔荳幼兒園  
114 學年度第一學期 9 月份餐點表

| 日期   | 星期 | 上午<br>點心<br>9:00         | 午 餐<br>11:30                                 | 水果 | 下午<br>點心 15:00               | 餐點類別檢核 |     |    |     |     |
|------|----|--------------------------|----------------------------------------------|----|------------------------------|--------|-----|----|-----|-----|
|      |    |                          |                                              |    |                              | 筴類     | 全穀類 | 蛋類 | 豆魚肉 | 蔬菜類 |
| 9/1  | 一  | 鮮蔬豬肉冬粉<br>冬粉、豬肉、紅蘿蔔、高麗菜  | 黃金肉末南瓜粥<br>白米、南瓜、豬肉、玉米粒、蔥、紅蘿蔔、高麗菜            | 芭樂 | 牛奶吐司+冬瓜茶<br>藍莓醬、吐司、冬瓜茶       | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/2  | 二  | 豚骨滑蛋粥<br>雞蛋、白米、玉米、洋蔥     | 三鮮炒麵+紫菜蛋花湯<br>蝦、花枝、魚、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、鐵板麵、紫菜、雞蛋     | 芭樂 | 酥炸雙拼<br>雞塊、薯條                | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/3  | 三  | 鍋燒意麵<br>小白菜、貢丸、意麵        | 海產粥<br>白米、魚、蝦皮、魚丸、筍絲、香菇                      | 芭樂 | 粉角湯<br>粉角、二砂糖                | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/4  | 四  | 馬鈴薯濃湯<br>馬鈴薯、豬肉、紅蘿蔔、洋蔥   | 什錦烏龍湯麵<br>烏龍麵、小烏蛋、高麗菜、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、豬肉、芹菜        | 芭樂 | 銀芽豆腐羹<br>豆腐、豆芽菜、豬肉           | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/5  | 五  | 香炒粿仔條<br>粿仔條、韭菜、豬肉、豆芽菜   | 白飯+肉燥+蒸蛋+炒菠菜+豆腐白菜湯<br>白米、蛋、菠菜、豆腐、白菜、豬絞肉      | 芭樂 | 紅豆湯<br>紅豆、二砂糖                | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/8  | 一  | 香煎蘿蔔糕<br>蘿蔔糕             | 香菇肉羹飯<br>白米、香菇、肉羹、雞蛋、紅蘿蔔                     | 西瓜 | 牛奶吐司+麥茶<br>草莓醬、吐司、麥茶         | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/9  | 二  | 廣式鹹粥<br>白米、皮蛋、肉鬆、木耳      | 柴魚風味關東煮細麵<br>細麵、柴魚、黑輪、花枝羹、醬油                 | 西瓜 | 小白菜餛飩湯<br>小白菜、餛飩             | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/10 | 三  | 南瓜濃湯<br>南瓜、玉米、火腿、牛奶      | 廣東海鮮湯飯<br>白米、花枝、豬肉、雞蛋、高麗菜、蔥                  | 西瓜 | 綠豆湯<br>綠豆、二砂糖                | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/11 | 四  | 火腿玉米蛋<br>火腿丁、雞蛋、玉米       | 榨菜肉絲湯麵<br>麵條、榨菜絲、小白菜、芹菜、油蔥酥、豬肉               | 西瓜 | 關東煮湯<br>黑輪、米血、魚丸、菜頭          | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/12 | 五  | 木耳鮮菇湯<br>黑木耳、香菇、秀珍菇、金針菇  | 白飯+肉燥+蒸蛋+炒高麗菜+蛋花湯<br>白米、豬肉、高麗菜、雞蛋            | 西瓜 | 地瓜湯<br>地瓜、二級砂糖               | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/15 | 一  | 油豆腐細粉<br>冬粉、油豆腐、紅蘿蔔、蔥    | 咖哩豬肉燴飯<br>白飯、咖哩粉、豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔                  | 芭樂 | 牛奶吐司+決明子茶<br>草莓醬、吐司、決明子      | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/16 | 二  | 蛋香鹹粥<br>白米、雞蛋、蘿蔔、青豆仁、玉米  | 雙菇炒麵+排骨魚丸蘿蔔湯<br>金針菇、鮮香菇、油麵、高麗菜、紅蘿蔔、排骨、魚丸、白蘿蔔 | 芭樂 | 酥炸雙拼<br>甜不辣、薯條               | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/17 | 三  | 香菇貢丸湯<br>香菇、貢丸           | 精燉魚骨海鮮時蔬湯飯<br>白米、虱目魚肉、虱目魚骨、花枝漿、芹菜、高麗菜        | 芭樂 | QQ 甜湯<br>粉角、二砂糖              | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/18 | 四  | 銀芽翡翠羹<br>豆腐、豆芽菜、豬肉       | 柴魚風味關東煮細麵<br>細麵、柴魚、黑輪、花枝羹、醬油、時               | 芭樂 | 蔬菜湯<br>貢丸、大白菜、紅蘿蔔            | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/19 | 五  | 火腿玉米歐姆蛋<br>火腿、玉米、雞蛋、蔥    | 白飯+肉燥+炒菠菜+滷小烏蛋+紫菜蛋花湯<br>白飯、紫菜、小烏蛋、豬絞肉、菠菜、雞蛋  | 芭樂 | 麵線湯<br>小白菜、貢丸、麵線             | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/22 | 一  | 鍋燒雞絲麵<br>雞絲麵、小白菜、豬肉      | 四季豆油豆腐粥<br>四季豆、油豆腐、乾香菇、白米                    | 西瓜 | 牛奶吐司+冬瓜茶<br>吐司、藍莓果醬、冬瓜茶      | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/23 | 二  | 玉米豬肉蛋粥<br>(白米、豬肉、雞蛋、紅蘿蔔) | 豚香筍絲大滷麵<br>麵、雞蛋、高麗菜、筍絲、豬肉、木耳、紅蘿蔔             | 西瓜 | 豆腐蔬菜羹<br>豆腐、高麗菜、豬肉、黑木耳       | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/24 | 三  | 紅蘿蔔烘蛋<br>紅蘿蔔、雞蛋          | 海鮮滑蛋湯飯<br>白米、雞蛋、玉米、洋蔥、香菇                     | 西瓜 | 紅豆湯<br>紅豆、二砂糖                | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/25 | 四  | 芙蓉雞汁粥<br>白米、玉米、翡翠、雞肉、蔥   | 什錦炒麵+大黃瓜湯<br>高麗菜、洋蔥、紅蘿蔔、大黃瓜                  | 西瓜 | 玉米濃湯<br>火腿、玉米、雞蛋             | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/26 | 五  | 菇菇豆腐羹<br>嫩豆腐、高麗菜、紅蘿蔔、豬絞肉 | 白飯+肉燥+蒸蛋+炒高麗菜+貢丸湯<br>白米、肉燥、雞蛋、高麗菜、貢丸         | 西瓜 | 日式蔬菜煮<br>白蘿蔔、玉米筍、高麗菜、乾香菇、海帶結 | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |
| 9/29 | 一  | 教師節放假一日                  |                                              |    |                              |        |     |    |     |     |
| 9/30 | 二  | 玉米蛋<br>(雞蛋、玉米)           | 中秋節烤肉活動                                      | 芭樂 | 馬鈴薯濃湯<br>(馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、麵粉)     | ✓      |     | ✓  | ✓   | ✓   |

\*本園肉品皆使用國產肉品，敬請家長安心！

註一：本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。

註二：依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」：易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品。請家長務必告知園方，幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。

註三：本園保有最後調整菜單之權利。