

基隆市立安心幼兒園 111 年八月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬 菜	水 果
1	一	紅糖小饅頭/香醇牛奶	南洋炒飯		蠔油杏鮑菇	季節鮮蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	蔬菜通心粉湯	◆	◆	◆	◆
2	二	香菇肉粥	紫米飯	榨菜肉絲	茶碗蒸	季節鮮蔬	黃瓜大骨湯	時令水果	冬瓜米苔目	◆	◆	◆	◆
3	三	香 Q 烏龍麵	糙米飯	古早肉燥	塔香海茸	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	綠豆湯	◆	◆	◆	◆
4	四	紅豆麵包/糙米漿	蕎麥飯	三杯雞	涼拌花生	季節鮮蔬	木須肉絲湯	時令水果	蔥油餅	◆	◆	◆	◆
5	五	燒賣	地瓜飯	彩椒魚丁	燴冬瓜	季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	蛋塔	◆	◆	◆	◆
8	一	白饅頭/香醇牛奶	金瓜米粉		紅仁鮑菇	季節鮮蔬	番茄蛋花湯	時令水果	素餛飩湯	◆	◆	◆	◆
9	二	蔬菜粥	燕麥飯	滷豬排	合菜帶帽	季節鮮蔬	鳳梨苦瓜雞湯	時令水果	蔥捲包	◆	◆	◆	◆
10	三	板條湯	芝麻飯	香菇雞丁	玉米炒蛋	季節鮮蔬	關東煮湯	時令水果	銀耳湯	◆	◆	◆	◆
11	四	全麥吐司/低糖豆漿	紫米飯	京醬肉絲	塔香麵腸	季節鮮蔬	大骨筍片湯	時令水果	玉米濃湯	◆	◆	◆	◆
12	五	什錦湯麵	薏仁飯	薑燒魚丁	芹香甜不辣	季節鮮蔬	金針湯	時令水果	奶酪	◆	◆	◆	◆
15	一	小菜包/香醇牛奶	炒貓耳朵		什錦豆腐	季節鮮蔬	蘿蔔湯	時令水果	黑糖糕	◆	◆	◆	◆
16	二	芹香肉末粥	燕麥飯	檸汁雞丁	螞蟻上樹	季節鮮蔬	四神湯	時令水果	小籠湯包	◆	◆	◆	◆
17	三	什錦細麵	芝麻飯	香酥里肌	蒜茸素雞片	季節鮮蔬	莧菜小魚湯	時令水果	檸檬愛玉	◆	◆	◆	◆
18	四	慶生蛋糕/紅棗枸杞茶	胚芽飯	滷雞腿	金沙杏鮑菇	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	南瓜濃湯	◆	◆	◆	◆
19	五	麵疙瘩湯	地瓜飯	糖醋魚柳	炒三色豆肉末	季節鮮蔬	冬瓜蛤蜊湯	時令水果	小披薩	◆	◆	◆	◆

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。

※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。

※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※本園使用國產豬肉食材。