

新北市立烏來國中小附幼 109 年 8-9 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					五穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
8/31	一	芋泥包、鮮奶	白飯、香腸、有機蔬菜、鳳梨苦瓜雞湯	煎蘿蔔糕、阿華田	V	V	V	V
9/01	二	黑糖小饅頭、豆漿	小米飯、彩椒腰果雞丁、有機蔬菜、黃瓜排骨湯	花生豆花	V	V	V	V
9/02	三	水餃紫菜蛋花湯	鮭魚炒飯、有機蔬菜、冬瓜貢丸湯	蜂蜜蛋糕、活力比菲多	V	V	V	V
9/03	四	南山菜包、米漿	糙米飯、蔥爆豬肉、有機蔬菜、紫菜蛋花湯	煎蘿蔔糕、麥茶	V	V	V	V
9/04	五	什錦雲吞	白飯、鯛魚燒豆腐、有機蔬菜、蓮子紅棗排骨湯	香蕉	V	V	V	V
9/07	一	蒸花捲、米漿	白飯、紅燒鮑菇雞柳、有機蔬菜、玉米排骨湯	茶葉蛋、麥茶	V	V	V	V
9/08	二	營養雞絲蛋麵	小米飯、沙茶肉絲、有機蔬菜、番茄蛋花湯	杯子蛋糕、活益比菲多	V	V	V	V
9/09	三	山藥雞肉粥	水餃、有機蔬菜、酸辣湯	地瓜鮮奶	V	V	V	V
9/10	四	芝麻包、豆漿	糙米飯、糖醋雞丁、有機蔬菜、海帶排骨湯	鮮奶小饅頭、豆漿	V	V	V	V
9/11	五	海苔肉鬆麵包、阿華田	白飯、酥炸土魷魚、有機蔬菜、香菇雞湯	芭樂	V	V	V	V
9/14	一	火腿蛋吐司、豆漿	白飯、百菇燴豬柳、有機蔬菜、冬瓜蛤蜊湯	玉米脆片鮮奶	V	V	V	V
9/15	二	鮮奶小饅頭、阿華田	小米飯、滷紅蘿蔔豆干肉、有機蔬菜、味噌鯛魚湯	小波羅餐包、麥茶	V	V	V	V
9/16	三	高麗菜湯餃	炒麵、有機蔬菜、牛蒡排骨湯	草莓小饅頭、豆漿	V	V	V	V
9/17	四	銀絲卷、豆漿	糙米飯、馬鈴薯燉肉、有機蔬菜、蒜頭洋蔥雞湯	紅豆湯	V	V	V	V
9/18	五	草莓吐司、活益比菲多	白飯、蔥燒鮮魚、有機蔬菜、百菇肉片湯	統一布丁	V	V	V	V
9/21	一	黑糖小饅頭、豆漿	地瓜飯、玉米炒蛋、有機蔬菜、蓮子排骨湯	蜂蜜小可頌、阿華田	V	V	V	V
9/22	二	皮蛋瘦肉粥	小米飯、白菜滷獅子頭、有機蔬菜、黃豆芽番茄湯	小薏仁鮮奶	V	V	V	V
9/23	三	起司蛋吐司、米漿	鮭魚火腿蛋炒飯、有機蔬菜、冬瓜排骨湯	玉米濃湯	V	V	V	V
9/24	四	蘿蔔蛋素肉鬆粥	糙米飯、滷紅蘿蔔豆干肉、有機蔬菜、味噌鯛魚湯	味噌豆腐湯	V	V	V	V
9/25	五	黑糖小饅頭、豆漿	白飯、宮保雞丁、有機蔬菜、蘿蔔貢丸湯	蘋果	V	V	V	V
9/26	六	草莓吐司、冬瓜茶	白飯、蔥爆豬肉、有機蔬菜、紫菜蛋花湯	地瓜園	V	V	V	V
9/28	一	芋頭包子、米漿	糙米飯、沙茶甜椒肉絲、有機蔬菜、蓮藕紅蘿蔔湯	蔥油餅、麥茶	V	V	V	V
9/29	二	菠菜銀魚粥	小米飯、糖醋豬肉、有機蔬菜、豆腐柴魚味噌湯	蜂蜜小可頌、米漿	V	V	V	V
9/30	三	醬燒肉包、冬瓜茶	白飯、豆豉鱈魚、有機蔬菜、四神湯	地瓜園	V	V	V	V

★幼兒園每日中餐提供當季水果