

金門縣金湖國小附設幼兒園 112年8月、9月餐點表

週次	日期	星期	午別	點心菜單	午餐菜單						營養含量				
					主食	主餐	副餐	蔬菜	湯	水果	全穀雜糧類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	
第1週	30	三	上午	杯子蛋糕	白米飯	三杯雞丁	蔥花碎脯蛋	時令蔬菜	冬瓜西米露	時令水果	V	V	V	V	
			下午	紫米饅頭											
	31	四	上午	火腿起司厚片	糙米飯	茄汁肉醬	培根炒豆芽	時令蔬菜	銀魚海帶芽湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	慶生蛋糕											
第2週	1	五	上午	肉燥麵	時蔬南瓜麵疙瘩	香酥魚丸	時令水果	V	V	V	V				
			下午	雞蛋仔											
	4	一	上午	滷蛋+養生茶	糙米飯	絲瓜燴文蛤	青蔥炒蛋	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	嫩仙草											
	5	二	上午	蘿蔔排骨湯	糙米飯	洋蔥炒肉絲	哨子豆腐	時令蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	玉米蛋吐司											
	6	三	上午	清粥小菜	白米飯	豆薯炒雞丁	大瓜炒貢丸	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	蛋餅											
	7	四	上午	五彩蘿蔔湯麵	白米飯	馬鈴薯燉肉	什錦黃瓜	時令蔬菜	蕃茄黃芽湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	煎餃											
8	五	上午	鮮奶小饅頭	酸辣湯麵疙瘩	綜合滷味	時令水果	V	V	V	V					
		下午	地瓜球												
第3週	11	一	上午	鮮肉包	糙米飯	蝦仁滑蛋	茄汁豆包	時令蔬菜	香芹丸子湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	香蒜麵包											
	12	二	上午	蝦仁海鮮拉麵	白米飯	照燒雞丁	蝦米炒瓠瓜	時令蔬菜	薏仁排骨湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	三明治											
	13	三	上午	山藥排骨粥	白米飯	塔香打拋豬	海帶三絲	時令蔬菜	黑糖地瓜湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	油飯											
	14	四	上午	手工水餃	糙米飯	杏鮑菇燉肉	花瓜豆腐	時令蔬菜	蛤蜊雞湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	滿煎糕											
15	五	上午	汶仔魚粥	時蔬肉燥炒麵	關東煮	時令水果	V	V	V	V					
		下午	雞蛋糕												
第4週	18	一	上午	鮮奶哈斯	糙米飯	柳葉魚	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	黃豆芽大骨湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	車輪餅											
	19	二	上午	吐司夾蛋	糙米飯	海結燒肉	火腿燴冬瓜	時令蔬菜	竹筍雞湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	炆車餅											
	20	三	上午	栗子南瓜粥	白米飯	洋蔥炒雞丁	糖醋豆腐	時令蔬菜	番茄蛋花湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	起司饅頭											
	21	四	上午	日式豚骨拉麵	白米飯	麵腸燒肉	腐皮白菜	時令蔬菜	玉米濃湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	爆蝦米餅											
22	五	上午	綠豆薏仁湯	時蔬豆薯鹹粥	蜜汁豆干	時令水果	V	V	V	V					
		下午	薯條												
第5週	25	一	上午	加哩餃	糙米飯	香酥魚排	西芹甜不辣	時令蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	檸檬愛玉											
	26	二	上午	雞茸玉米粥	白米飯	蔥爆肉片	炒土豆絲	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	蔓越莓饅頭											
	27	三	上午	蛋香烏龍麵	白米飯	咖哩雞丁	蝦皮冬瓜	時令蔬菜	綠豆湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	蘿蔔糕											
	28	四	上午	燕麥粥	白米飯	蘿蔔燻肉	麻婆豆腐	時令蔬菜	黃瓜鮮菇湯	時令水果	V	V	V	V	
			下午	蛋塔											
	29	五	上午	中秋連假								V	V	V	V
			下午												

製表者：何櫻姿 保育組長：洪羽萱 幼兒園主任：楊偉彰 校長：陳為信(5)

※請家長上網參閱金湖國小首頁—餐點公告。

※當季時令水果（農曆4-5月）柳丁、青梨、奇異果、木瓜、蘋果、葡萄、火龍果、水梨、芭樂、橘子。

當令葉菜類：甘藍、結球白菜、葉用甘藷、小白菜、菠菜、青江白菜、油菜、小芥菜、山蘇、葉萵苣、龍鬚菜、過溝菜蕨、芥藍、莧菜

※若寶貝對某些食物有過敏或不適，請提早告知老師。

※點心供應可能依實際狀況略有調整。 ※餐點皆使用本國當地溫體豬肉。