

小森林幼兒園 113 年 8 月份餐點類別檢核表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	四	吐司+冬瓜茶	什錦炒飯+白菜腐皮湯	擔子麵	√	√	√	√
2	五	蝦米冬粉	味噌燒肉+吻魚燴青蔬+青菜+牛蒡湯	竹筍肉粥	√	√	√	√
5	一	玉米彎管麵	雞米花+番茄蛋豆腐+青菜+柴魚味噌湯	綠豆粉條	√	√	√	√
6	二	燕麥粥	毛豆麵筋+豆瓣冬粉+青菜+高纖竹筍湯	素湯麵	√	√	√	√
7	三	絲瓜麵線	炸醬麵+酸菜豬血湯	黑糖饅頭+仙草蜜	√	√	√	√
8	四	叮噹蛋糕+麥茶	麵輪滷海帶+炒三色+青菜+瓠瓜蛋花湯	古早味米粉湯	√	√	√	√
9	五	肉燥冬粉	玉米肉醬+涼拌豆腐+青菜+小魚青蔬湯	地瓜粥	√	√	√	√
12	一	青蔬麵線	鮑菇油雞+絲瓜粉絲+青菜+日式味噌湯	紅豆粉粿	√	√	√	√
13	二	菜豆粥	蒸肉餅+紅絲炒蛋+青菜+玉米海帶湯	蝦米冬粉	√	√	√	√
14	三	蛋花湯餃	三丁肉醬+燴南瓜+青菜+黃瓜大骨湯	美濃板條	√	√	√	√
15	四	小湯包+豆漿	咖哩雞飯+蔬菜濃湯	綠豆粉圓	√	√	√	√
16	五	數字餅+濃湯	瓜子肉+炒三絲+青菜+竹筍福菜湯	山藥粥	√	√	√	√
19	一	三絲冬粉	酥炸甜不辣+燴五蔬+青菜+洋蔥味噌湯	紅豆西米露	√	√	√	√
20	二	筍香菇菇粥	沙茶豬柳+冬瓜火腿+青菜+豆芽大骨湯	韭香米粉	√	√	√	√
21	三	榨菜肉絲麵	義大利肉醬麵+南瓜濃湯	鮮奶饅頭+蔬菜湯	√	√	√	√
22	四	肉羹麵線	咖哩雙色+螞蟻上樹+青菜+海帶鮮湯	地瓜芋圓	√	√	√	√
23	五	檸檬蛋糕+麥茶	梅干扣肉+開陽瓠瓜+青菜+酸菜肉絲湯	台式鹹粥	√	√	√	√
26	一	滑蛋麵線	茄汁雞丁+絲瓜麵筋+青菜+三絲湯	愛玉粉條	√	√	√	√
27	二	皮蛋瘦肉粥	故鄉滷肉飯+青菜+竹筍大骨湯	克林姆麵包+麥茶	√	√	√	√
28	三	玉米巧達湯	洋芋燒肉+家常豆腐+青菜+冬瓜大骨湯	四喜甜湯	√	√	√	√
29	四	翡翠豆腐羹	芋頭三丁+雙耳拌芹+青菜+山藥湯	肉燥麵	√	√	√	√
30	五	飛機餅+濃湯	醬燒冬瓜+時蔬燴蛋+青菜+牛蒡養生湯	南瓜元氣粥	√	√	√	√

* 每日午餐均附有新鮮水果 *

* 本園一律使用國產豬 *