

小森林幼兒園 114 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	五	擔擔麵	梅干扣肉+絲瓜粉絲+青菜+豆芽大骨湯	地瓜粥	√	√	√	√
4	一	玉兔包+豆漿	什錦燴飯+三絲湯	綠豆仙草	√	√	√	√
5	二	筍香肉粥	糖醋豬排+開陽瓠瓜+青菜+竹筍大骨湯	油豆腐細粉	√	√	√	√
6	三	青蔬麵線	南瓜嫩雞+番茄蛋豆腐+青菜+日式蛋花湯	小籠包+麥茶	√	√	√	√
7	四	韭香米苔目	麵輪燒肉+五蔬蛋+青菜+小魚雍菜湯	鍋燒麵	√	√	√	√
8	五	數字餅+玉米濃湯	咖哩雙色+蒜香豆腐+青菜+洋蔥昆布湯	糙米肉粥	√	√	√	√
11	一	青蔬麵線	山藥雞丁+紅絲炒蛋+青菜+榨菜肉絲湯	紅豆芋圓	√	√	√	√
12	二	香菇肉末粥	三丁肉醬+吻魚莧菜羹+青菜+黃瓜大骨湯	芋香米粉湯	√	√	√	√
13	三	鮮奶饅頭+豆漿	懷舊滷肉飯+青菜+芋頭湯	豚骨拉麵	√	√	√	√
14	四	鴨肉麵	馬鈴薯燉肉+紅燒豆腐+青菜+竹筍福菜湯	綜合甜品	√	√	√	√
15	五	吐司+牛奶	五香滷味+素汶冬瓜+青菜+青蔬腐皮湯	台式鹹粥	√	√	√	√
18	一	香菇麵線	雞米花+日式蒸蛋+青菜+冬瓜湯	綠豆Q圓	√	√	√	√
19	二	燕麥粥	蒸肉餅+涼拌四喜+青菜+日式海芽湯	大滷麵	√	√	√	√
20	三	三絲冬粉	義大利麵+蔬菜腐皮湯	小筍包+紫菜湯	√	√	√	√
21	四	銀絲卷+豆漿	時蔬肉末+沙爹粉絲+青菜+薏仁去濕湯	番茄麵疙瘩	√	√	√	√
22	五	肉燥麵	筍香滷肉+毛豆三丁+青菜+雙色蘿蔔湯	紫米粥	√	√	√	√
25	一	古早雞絲麵	彩椒雞丁+麵筋絲瓜+青菜+芽菜豆腐湯	綠豆銀耳	√	√	√	√
26	二	瓠瓜粥	味噌燒肉+燴什錦+青菜+海帶鮮湯	叉燒麵	√	√	√	√
27	三	吐司+牛奶	咖哩燴飯+蔬菜湯	榨菜冬粉	√	√	√	√
28	四	什錦麵	冬瓜燜肉+涼拌干絲+青菜+番茄蛋花湯	仙草甜粿仔	√	√	√	√
29	五	蘇打餅+麥茶	玉米肉醬+螞蟻上樹+青菜+牛蒡大骨湯	山藥粥	√	√	√	√

* 每日午餐均附有新鮮水果 *

* 本園一律使用國產豬 *

