

小森林幼兒園 114 年 9 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	一	大滷湯餃	壽喜燒+燴時蔬+青菜+洋蔥湯	肉燥冬粉	√	√	√	√
2	二	筍香菇菇粥	黃金花枝丸+番茄炒蛋+青菜+福菜竹筍湯	什錦麵	√	√	√	√
3	三	烏龍麵	京醬肉絲+螞蟻上樹+青菜+冬瓜大骨湯	紅豆薏仁	√	√	√	√
4	四	蟹肉羹	中華炒麵+芋頭大骨湯	黑糖饅頭+仙草蜜	√	√	√	√
5	五	數字餅+麥茶	滷雙色+毛豆乾丁+青菜+小魚青蔬湯	南瓜元氣粥	√	√	√	√
8	一	青蔬麵線	三杯雞+蔬菜羹+青菜+雙色蘿蔔湯	綠豆粉圓	√	√	√	√
9	二	皮蛋瘦肉粥	紅糟肉+五蔬蛋+青菜+海芽湯	鍋燒意麵	√	√	√	√
10	三	小籠包+豆漿	故鄉滷肉飯+青菜+黃瓜貢丸湯	美濃板條	√	√	√	√
11	四	榨菜冬粉	馬鈴薯燒肉+炒三色+青菜+黃豆大骨湯	奶皇包+檸檬愛玉	√	√	√	√
12	五	蘋果麵包+麥茶	沙茶豬柳+蒜香豆腐+青菜+冬瓜蛤蠣湯	玉米肉粥	√	√	√	√
15	一	滑蛋麵線	茄汁天婦羅+蒸蛋+青菜+日式豆腐湯	紅豆燕麥	√	√	√	√
16	二	吻仔魚粥	豬肉水餃+酸辣湯	克林姆麵包+麥茶	√	√	√	√
17	三	韭香米苔目	蒸肉餅+芹香粉絲+青菜+五行湯	大滷麵	√	√	√	√
18	四	番茄麵疙瘩	咖哩雙色+玉米燴蛋+青菜+哈佛精力湯	仙草粉條	√	√	√	√
19	五	蝦米冬粉	瓜子肉+什錦豆腐+青菜+白菜腐皮湯	芋香肉粥	√	√	√	√
22	一	蘿蔔糕湯	雞米花+時蔬燴蛋+青菜+三絲湯	綠豆Q圓	√	√	√	√
23	二	燕麥粥	花生麵筋+涼拌三絲+青菜+番茄蛋花湯	台南意麵	√	√	√	√
24	三	香菇麵線	肉絲蛋炒飯+山藥大骨湯	雙色饅頭+愛玉	√	√	√	√
25	四	吐司+南瓜濃湯	麵輪燒肉+火腿冬瓜+青菜+牛蒡養生湯	綜合甜品	√	√	√	√
26	五	法國餅+麥茶	玉米肉醬+涼拌豆腐+青菜+竹筍湯	海鮮粥	√	√	√	√
			教師節補假					
30	二	小米粥	醉醬麵+韭香豬血湯	小饅頭+蔬菜湯	√	√	√	√

* 每日午餐均附有新鮮水果 *

* 本園一律使用國產豬 *