

小森林幼兒園 115 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
3	一	營養吐司+牛奶	什錦燴飯+玉米大骨湯	綠豆粉圓	√	√	√	√
4	二	地瓜粥	味噌燒肉+玉米豆腐+青菜+日式柴魚湯	日式拉麵	√	√	√	√
5	三	莧菜麵線	五香瓜子肉+瓠瓜三絲+青菜+竹筍湯	綜合甜品	√	√	√	√
6	四	蝦米冬粉	客家扣肉+涼拌四喜+青菜+蘿蔔湯	肉燥板條	√	√	√	√
7	五	玉米巧達湯	花生麵筋+白菜滷+青菜+黃豆大骨湯	一品鮮雞粥	√	√	√	√
10	一	香菇麵線	鮑菇油雞+番茄蛋豆腐+青菜+洋蔥味噌湯	綠豆Q圓	√	√	√	√
11	二	小米粥	沙茶豬柳+紅絲炒蛋+青菜+山藥湯	素湯麵	√	√	√	√
12	三	炸薯條+麥茶	滷肉飯+青菜+白菜腐皮湯	奶酥麵包+愛玉	√	√	√	√
13	四	番茄麵疙瘩	蘿蔔燒肉+炒什錦+青菜+南瓜湯	芋香米粉湯	√	√	√	√
14	五	玉兔包+豆漿	玉米肉醬+蒜香豆腐+青菜+黃瓜湯	台式鹹粥	√	√	√	√
17	一	滑蛋麵線	炸花枝丸+麻婆豆腐+青菜+榨菜肉絲湯	紅豆薏仁	√	√	√	√
18	二	生菜碎肉粥	日式蒸蛋+木耳三絲+青菜+海芽味噌湯	大滷麵	√	√	√	√
19	三	韭香米苔目	咖哩燴飯+精力湯	小饅頭+仙草蜜	√	√	√	√
20	四	酸辣湯餃	筍絲炆肉+蟹汶冬瓜+青菜+薏仁大骨湯	油豆腐細粉	√	√	√	√
21	五	造型蛋糕+麥茶	麵輪燒肉+五蔬蛋+青菜+小魚青蔬湯	山藥粥	√	√	√	√
24	一	絲瓜麵線	雞米花+百匯豆腐+青菜+雙色蘿蔔湯	地瓜芋圓	√	√	√	√
25	二	金瓜活力粥	豬肉水餃+酸辣湯	小籠包+蔬菜湯	√	√	√	√
26	三	榨菜冬粉	咖哩雙色+絲瓜粉絲+青菜+海帶大骨湯	黑糖粉條	√	√	√	√
27	四	蘋果麵包+麥茶	蒸肉餅+燴南瓜+青菜+芋頭大骨湯	肉羹麵	√	√	√	√
28	五	烏龍麵	醬瓜肉+炒三色+青菜+牛蒡湯	紅豆紫米粥	√	√	√	√
31	一	青蔬麵線	彩椒雞丁+蔬菜羹+青菜+三絲湯	綠豆仙草	√	√	√	√

* 每日午餐均附有新鮮水果 *

* 本園一律使用國產豬 *