

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園縣實驗幼兒園

102 學年度第一學期 9 月份餐點表

102.8

	一	二	三	四	五	六	
第一週	早點	9/09 時令水果 2 種	9/10 時令水果 2 種	9/11 時令水果 2 種	9/12 時令水果 2 種	9/13 時令水果 2 種	9/14 時令水果 2 種
	午 餐	<ul style="list-style-type: none"> 地瓜米飯 糖醋燴雞丁 豆腐燴百菇 時令蔬菜 酸辣湯 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 滷東坡肉 時令蔬菜 螞蟻上樹 玉米排骨湯 	<ul style="list-style-type: none"> 糙米白飯 紅燒排骨 時令蔬菜 茄汁甜不辣 玉米濃湯 	<ul style="list-style-type: none"> 南瓜肉絲米粉 時令蔬菜 菠菜蒸蛋 四神湯 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 檸檬魚條 時令蔬菜 鮮蝦炒甜豆 大黃瓜肉片湯 	<ul style="list-style-type: none"> 糙米白飯 咖哩雞 三色蛋 時令蔬菜 榨菜肉絲湯
	午點心	紅豆包	蔥油餅	養生蛋糕	肉包	吐司	蛋餅
第二週	早點	9/16 時令水果 2 種	9/17 時令水果 2 種	9/18 時令水果 2 種	9/19 時令水果 2 種	9/20 時令水果 2 種	
	午 餐	<ul style="list-style-type: none"> 地瓜米飯 蔥油雞 玉米炒甜豆 時令蔬菜 絲瓜蛤蠣湯 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 紅燒豬排 時令蔬菜 南瓜滑蛋 冬瓜蛤蠣湯 	<ul style="list-style-type: none"> 糙米白飯 香菇肉燥 時令蔬菜 乾扁四季豆 山藥排骨湯 	<ul style="list-style-type: none"> 肉絲炒飯 時令蔬菜 滷海帶滷豆腐 青菜雲吞湯 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 破布子蒸鱈魚 時令蔬菜 菜圃蛋 冬瓜排骨湯 	
	午點心	鍋貼	銀絲卷	養生蛋糕	蛋餅	吐司	
第三週	早點	9/23 時令水果 2 種	9/24 時令水果 2 種	9/25 時令水果 2 種	9/26 時令水果 2 種	9/27 時令水果 2 種	
	午 餐	<ul style="list-style-type: none"> 地瓜米飯 烤小雞腿 蔥蛋 時令蔬菜 榨菜肉絲湯 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 甜豆炒香菇 時令蔬菜 滷豬排 洋蔥豆腐湯 	<ul style="list-style-type: none"> 糙米白飯 時令蔬菜 韭菜炒甜不辣 香菇雞丁 紫菜蛋花湯 	<ul style="list-style-type: none"> 香菇油飯 時令蔬菜 馬鈴薯玉米 肉羹湯 	<ul style="list-style-type: none"> 米飯 糖醋魚 紅蘿蔔炒蛋 時令蔬菜 南瓜濃湯 	
	午點心	蛋餅	饅頭夾蛋	養生蛋糕	芋頭包	吐司	
第四週	早點	9/30 時令水果 2 種					
	午 餐	<ul style="list-style-type: none"> 地瓜米飯 滷雞腿肉 時令蔬菜 海帶肉絲 豆腐味增湯 					
		蔥油餅					

【註】* 水果之廠商為「繹臻水果公司」；餐點之廠商為「繹臻食品公司」；麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」

* 菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

* 食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廠商：