

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園

114 學年度第 1 學期 8 月份餐點表

		一	二	三	四	五
第一週	早點心	8/4 時令水果兩種	8/5 時令水果兩種	8/6 時令水果兩種	8/7 時令水果兩種	8/8
	午 餐	• 糙米飯 • 瓜子蒸肉 • 時令蔬菜 • 香煎板豆腐	• 糙米飯 • 糖醋雞丁 • 時令蔬菜 • 魚板蒸蛋	• 糙米飯 • 樹子蒸魚 • 時令蔬菜 • 玉米炒蛋	• 糙米飯 • 絲瓜金針菇 • 時令蔬菜 • 滷棒棒腿	停托一天
		吻仔魚莧菜湯	雙色蘿蔔排骨湯	紫菜蛋花湯	竹筍雞湯	
	午點心	黑糖饅頭	鍋燒烏龍麵	地瓜甜湯	蔬菜雞肉粥	
第二週	早點心	8/11 時令水果兩種	8/12 時令水果兩種	8/13 時令水果兩種	8/14 時令水果兩種	8/15 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 絲瓜炒蛋	• 糙米飯 • 糖醋雞丁 • 時令蔬菜 • 雙色花椰菜	• 糙米飯 • 蔥蛋 • 時令蔬菜 • 肉末四季豆	• 糙米飯 • 茭白筍肉絲 • 時令蔬菜 • 螞蟻上樹	• 手工水餃 • 時令蔬菜
		牛蒡雞湯	蛤蠣冬瓜湯	鮮菇湯	白蘿蔔貢丸湯	酸辣湯
	午點心	水煮蛋+麥茶	蔥油餅	古早味雞蛋餅	皮蛋瘦肉粥	小麵包
第三週	早點心	8/18 時令水果兩種	8/19 時令水果兩種	8/20 時令水果兩種	8/21 時令水果兩種	8/22 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 鵪鶉蛋滷肉燥 • 時令蔬菜 • 芹菜甜不辣	• 糙米飯 • 鮪魚蛋 • 時令蔬菜 • 蒜香四季豆	• 糙米飯 • 香煎板豆腐 • 時令蔬菜 • 玉米炒蛋	• 糙米飯 • 滷控肉 • 時令蔬菜 • 洋蔥炒蛋	• 排骨蛋炒飯 • 時令蔬菜
		冬瓜排骨湯	餛飩湯	南瓜濃湯	吻仔魚莧菜湯	海帶芽魚丸湯
	午點心	奶皇包	雞絲麵	黑糖豆花	關東煮	小麵包
第四週	早點心	8/25 時令水果兩種	8/26 時令水果兩種	8/27 時令水果兩種	8/28 時令水果兩種	8/29 時令水果兩種
	午 餐	• 糙米飯 • 馬鈴薯燉肉 • 時令蔬菜 • 蔥燒嫩豆腐	• 糙米飯 • 棒棒腿 • 時令蔬菜 • 什錦燴黃瓜	• 糙米飯 • 起士馬鈴薯 • 時令蔬菜 • 銀芽炒韭菜	• 糙米飯 • 壽喜燒豬肉 • 時令蔬菜 • 甜不辣炒小黃瓜	• 金瓜米粉 • 時令蔬菜
		香菇雞湯	小魚乾空心菜湯	玉米海帶湯	小白菜豆腐湯	玉米濃湯
	午點心	水煮玉米	肉羹麵	黑糖西米露	鮮魚粥	小麵包

【註】*水果之廠商為「四季水果食品公司」；麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」；水餃之廠商為「金寶水餃」；餐點皆由廚工烹調

*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：

廚工：