**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園110年9月份午餐表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 菜色名稱/食材名稱 | 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 9/1 | 三 | 米飯(白米)、酥炸虱目魚柳(雞蛋、虱目魚)、黑胡椒百頁豆腐(宏蘿蔔、杏鮑菇、洋蔥、毛豆仁、百頁豆腐)、薑絲有機黑葉白菜(黑葉白菜、薑絲)、山粉圓(山粉圓、檸檬汁、冬瓜糖磚) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/2 | 四 | 米飯(白米)、韓式泡菜炒肉片(韓式泡菜、蒜仁、大白菜、肉片)、鹹蛋南瓜(南瓜、鴨鹹蛋、蒜末、青蔥)、蒜香油菜(油菜、蒜仁)、刺瓜湯(刺瓜、中排)、火龍果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/3 | 五 | 米飯(白米)、義式風味雞丁(洋蔥、九層塔、骨腿)、番茄炒蛋(蕃茄、雞蛋、蒜末、青蔥)、蒜香綠花菜(紅蘿蔔、蒜末、綠花椰菜)、蘿蔔湯(柴魚、蘿蔔)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/6 | 一 | 米飯(白米)、鹽酥雞(地瓜薯條、米血糕、黑輪、去皮雞胸肉)、麻婆豆腐(板豆腐、蔥、蒜末、絞肉、生薑)、蒜香高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔)、芋頭排骨湯(芋頭、蒜仁、中排) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/7 | 二 | 米飯(白米)、可樂豬腳(豬腱、蒜仁、可樂、豬腳)、碎肉燒銀蘿(冬粉、香菜、蔥、白蘿蔔、絞肉)、蒜香大陸妹大陸(大陸妹、蒜末)、柴魚白菜湯(柴魚、大白菜) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/8 | 三 | 米飯(白米)、花雕雞(雞肉、青蔥、薑片)、髮菜羹(髮菜、紅蘿蔔絲)、薑絲有機黑葉白菜(黑葉白菜、薑絲)、玉米濃湯(玉米粒、雞蛋、馬鈴薯)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/9 | 四 | 胚芽米飯(胚芽、白米)、雞滷飯(鳥蛋、絞肉、調味雞肉絲)、馬鈴薯炒培根(馬鈴薯、培根)、蒜香油菜(油菜、蒜末)、炒鴻喜菇(鴻喜菇、木耳、肉絲)、雞絲麵線湯(無骨雞肉、麵線) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/10 | 五 | 米飯(白米)、三杯中卷(魷魚、蒜末、九層塔)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、雞蛋)、薑絲鵝白菜(鵝白菜、薑絲)、麥茶 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/11 | 六 | 海苔香鬆飯(白米、海苔香鬆)、香菇雞(雞肉、香菇、蒜頭)、黑胡椒毛豆莢(毛豆、蒜末、黑胡椒)、塔香絲瓜(絲瓜、九層塔)、紫菜魚丸湯(紫菜、魚丸) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/13 | 一 | 米飯(白米)、五味醬肉片(豬肉片、甜麵醬)、泡菜炒年糕(韓式泡菜、大白菜、韓式年糕)、蒜香綠花菜(綠花菜、蒜末)、刺瓜湯(刺瓜、排骨) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/14 | 二 | 紅藜米飯(紅藜米)、塔香雞(雞肉、九層塔)、瓜仔蒸肉(絞肉、瓜仔肉)、蒜香有機奶油白菜(奶油白菜、蒜末)、波霸奶茶(波霸、牛奶、紅茶包) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/15 | 三 | 米飯(白米)、香酥魚片(魚片)、翡翠羹(波菜末、吻仔魚)、薑絲乃龍菜(乃龍菜、薑絲)、有機豆芽菜湯(味噌、有機豆芽菜) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/16 | 四 | 米飯(白米)、宮保雞球(雞胸肉、蒜末、番茄醬)、絲瓜麵線(絲瓜、麵線)、蒜香白花菜(白花菜、蒜末)、芙蓉湯(菠菜、雞蛋、香菇)、香蕉 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/17 | 五 | 米飯(白米)、客家小炒(魷魚、豆干、蔥、肉絲)、烤番薯(番薯)、蒜香高麗菜(高麗菜、蒜末)、紫菜蛋花湯(紫菜、雞蛋) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/20 | 一 | 中秋連假 |  |  |  |  |
| 9/21 | 二 | 中秋連假 |  |  |  |  |
| 9/22 | 三 | 米飯(白米)、馬來西亞叻沙魚(、洋蔥炒蛋(洋蔥、蛋)、薑絲乃龍菜(薑絲乃龍菜)、綠豆湯(綠豆) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/23 | 四 | 米飯(白米)、蒜頭雞(蒜頭、雞肉)、金針炒三絲(金針菇、肉絲、蘿蔔絲)、蒜香有機奶油白菜(蒜頭、奶油白菜)、豆薯排骨湯(豆薯、豬排骨)、100%蔬果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/24 | 五 | 小米飯(小米)、蔥燒腱肉(蔥、豬腱肉)、咖哩魚蛋(魚蛋)、蒜香油菜(蒜頭、油菜)、海帶芽味噌湯(海帶芽、味噌) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/27 | 一 | 糙米飯(糙米飯)、咖哩雞(雞肉、咖哩)、滷蛋、蒜香有機青松菜(蒜頭、青松菜)、金針菇味噌豆腐湯 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/28 | 二 | 香蒜麵包(香蒜麵包)義大利肉醬(白油麵、洋蔥、牛蕃茄、絞肉)、麵轟炸雞腿(棒腿)、玉米濃湯(馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥、雞蛋、甜玉米) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/29 | 三 | 米飯(白米)、黑胡椒虱目魚柳(虱目魚、蒜末、洋蔥)、蒜香青江菜炒鮑菇(青江菜、杏鮑菇、蒜末)、鮮菇炒蛋(紅蘿蔔、蛋、洋蔥、生鮮香菇)、紅豆湯(紅豆) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/30 | 四 | 米飯(白米)、豬肉壽喜燒(洋蔥、薑絲、香菇、紅蘿蔔、火鍋肉片(豬前腿))、炒玉米肉末(蒜末、甜玉米、絞肉)、蒜香高麗菜(高麗菜、紅蘿蔔、蒜仁)、白蘿蔔排骨湯(白蘿蔔、中排) | ˇ | ˇ | ˇ |  |

備註: 1.餐點表的設計符合幼兒營養、衛生、飲食均衡為原則，每日並有提供新鮮的蔬果。

 2.餐點食材會因季節做異動微調，以當日園內出餐狀況為主，不另行公告通知。

 3.午餐由麻豆國中出餐，詳細內容請至食材登路網站參閱

 https://fatraceschool.moe.gov.tw/frontend/

 4. 本園所一律使用國產豬.牛肉食材。

承辦人: 園主任: 校(園)長: