**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園111年第一學期1-4週午餐表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 |
| 8/30 | 二 | 米飯(白米)、咖哩雞(雞骨腿丁、馬鈴薯、紅蘿蔔、蒜仁洋蔥、冷凍殺菁毛豆仁)、菜豆炒肉末(菜豆、豬絞肉)、蒜香有機油菜(油菜、蒜仁)、蘿蔔湯(柴魚、白蘿蔔、中排丁)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 8/31 | 三 | 糙米飯(糙米)、香酥旗魚(旗魚塊、酥炸粉)、小黃瓜炒黑輪(小黃瓜、黑輪片)、蒜香白花菜(白花菜、蒜仁)、冬菜粉絲湯(冬菜、冬粉) | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/1 | 四 | 麵包、蔥燒腱肉麵(金豬牛排麵、腱肉丁、小白菜、淡榨菜絲蔥花、辣椒、蒜、薑母片)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/2 | 五 | 五穀飯(五穀米、白米)、蜜汁雞丁(麥芽糖、雞骨腿丁、蒜、白芝麻)、碎肉燒銀蘿(冬粉、香菜、蔥、白蘿蔔、絞肉)、蒜香清江菜(蒜仁、青江菜)、紅棗銀耳羹(紅棗、白木耳)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/5 | 一 | 米飯(白米)、蒜味蒸魚(蒜仁、鯛魚片)、海帶芽炒蛋(海帶芽、雞蛋)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、玉米排骨湯(玉米、中排)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/6 | 二 | 米飯(白米)、醬燒雞球(雞骨腿丁)、蒸小籠湯包(小籠湯包)、蒜香有機黑葉白菜(蒜仁、黑葉白菜)、刺瓜湯(刺瓜、中排)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/7 | 三 | 麵包、沙茶魷魚羹飯(沙茶、魷魚、白米、筍絲)、蒜香青花菜(蒜仁、青花菜)、保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/8 | 四 | 黑米飯(紫米、白米)、泡菜炒肉片(韓式泡菜、蒜仁、大白菜、肉片)、宮保皮蛋(皮蛋、油豆腐丁、油花生、蒜末、蔥、青椒、紅甜椒、黃甜椒)、薑絲乃龍(薑絲、乃龍菜)、腐皮湯(腐皮)、陽光樂豆乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/9 | 五 | 中秋連假 |  |  |  |  |
| 9/12 | 一 | 米飯(白米)、菲式滷肉(月桂葉、黑胡椒粒、蒜仁、豬肉丁)、韭菜炒豆干(韭菜、豆乾)、蒜香白花菜(蒜仁、白花菜)、翡翠蛋花湯(翡翠、雞蛋)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/13 | 二 | 米飯(白米)、黑胡椒雞柳(黑胡椒醬、雞肉絲、洋蔥)、豆芽菜炒肉絲(豆芽菜、豬肉絲、蒜末)、蒜香有機青江菜(蒜仁、青江菜)、白菜豆腐湯(白菜、豆腐)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/14 | 三 | 五穀飯(五穀米、白米)、香酥魷魚(魷魚、蛋)、蔥燒豆腐(蔥、板豆腐)、蒜香空心菜(蒜仁、空心菜)、冰綠豆燕麥粥(綠豆、燕麥)、100%蔬果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/15 | 四 | 米飯(白米)、洋芋燉肉(馬鈴薯、腱肉丁、蔥)、玉米炒蛋(玉米、雞蛋)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、筍絲魚皮湯(筍絲、魚皮)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/16 | 五 | 胚芽米飯(胚芽米、白米)、花椒雞球(骨腿丁、蔥、蒜仁、花椒)、燴鳥蛋刺瓜(鳥蛋、刺瓜、蒜仁)、鮮菇炒油菜(香菇、油菜)、冬菜粉絲湯(冬菜、冬粉)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/19 | 一 | 米飯(白米)、匈牙利紅椒豬柳丁(紅甜椒、豬柳、甜麵醬)、海帶結滷豆乾 (海帶結、蒜仁、紅蘿蔔、豆乾)、香蒜大陸妹(蒜仁、大陸妹)、冬瓜湯(冬瓜)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/20 | 二 | 米飯(白米)、酸菜雞(雞骨腿雞、酸菜)、關東煮(白蘿蔔、黑輪、貢丸、米血)、薑絲有機奶油白菜(薑絲、奶油白菜)、米粉湯(乾米粉\*切段、油蔥、韭菜末、腿肉絲)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9/21 | 三 | 蕎麥飯(蕎麥、白米)、椰汁咖哩海鮮燴飯(蝦仁、魷魚條、馬鈴薯、紅蘿蔔、咖哩粉、蒜仁、洋蔥、奶油、椰奶)、三彩豆芽(豆芽菜、青椒、黃甜椒、紅甜椒、腿肉絲)、蒜香油菜(蒜仁、油菜)、金針肉絲湯(金針花、肉絲)、保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/22 | 四 | 米飯(白米)、客家小炒(魷魚、豆干、蔥、肉絲)、番茄炒蛋(蕃茄、雞蛋、蒜末、青蔥)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、香菇羹湯()、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 9/23 | 五 | 米飯(白米)、地中海風味雞(骨腿丁、洋蔥、馬鈴薯、牛番茄)、沙茶鮮菇(香菇、袖珍菇、沙茶)、薑絲炒水蓮(薑絲、水蓮)、紫菜魚丸湯(紫菜、魚丸)、水果 | ˇ | 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。