**新培育幼兒園108學年度(上)08月份餐點計畫表**

* **new semester 開學日 ★**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日期/星期 | 早上點心 | 每日均含: 1.五穀根莖類2.奶蛋魚肉豆類3.蔬菜4. 水果，四大類營養素。(響應環保愛地球、每週一蔬食) | 下午點心 |
| 08月5日(一) | 菠蘿麵包+牛奶 | 香菇素燥、紅蘿蔔炒蛋、枸杞山藥湯 | 粉圓愛玉 |
| 08月6日(二) | 魚肉粥 | 瓜子肉燥、蒜香高麗菜、蛤蜊雞湯 | 玉米濃湯 |
| 08月7日(三) | 銀絲捲.豆漿 | 茄汁義大利麵、南瓜濃湯 | 豆花 |
| 08月8日(四) | 清粥小菜 | 馬鈴薯燉肉、青菜、酸菜蚵仔湯 | 綠豆薏仁 |
| 08月9日(五) | 餛飩湯 | 海鮮湯飯 | 雞蛋土司 |
|  |
| 08月12日(一) | 玉米片+牛奶 | 什錦蔬菜炒麵、香菇蘿蔔湯 | 仙草凍奶 |
| 08月13日(二) | 蔬菜粥 | 三杯雞、蟹肉絲炒花椰菜、冬瓜排骨湯 | 芹菜魚丸湯 |
| 08月14日(三) | 肉包+豆漿 | 香腸炒飯、鮮菇雞湯 | 蜜桃果凍 |
| 08月15日(四) | 地瓜稀飯+小菜 | 彩椒紅燒獅子頭、青菜、玉米排骨湯 | 紅豆湯 |
| 08月16日(五) | 蛋花湯餃 | 洋蔥紅燒豬肉麵 | 草莓果醬土司 |
|  |
| 08月19日(一) | 蛋糕+牛奶 | 香菇素羹米粉、滷蛋 | 檸檬愛玉 |
| 08月20日(二) | 雞絲麵 | 梅干扣肉、油豆腐、青菜、菜脯雞湯 | 小奇福餅乾+麥茶 |
| 08月21日(三) | 小饅頭+豆漿 | 冬瓜燒肉、金沙高麗菜、紫菜蛋花湯 | 綠豆麥片 |
| 08月22日(四) | 馬鈴薯濃湯 | 香菇滷肉飯、涼拌小瓜、蘿蔔排骨湯 | 蜜豆仙草 |
| 08月23日(五) | 雞肉冬粉 | 蛤蠣蔬菜粥 | 葡萄麵包.健健美 |
|  |
| 08月26日(一) | 玉米片+阿華田 | 什錦白菇燴飯、竹筍湯 | 玉米濃湯 |
| 08月27日(二) | 玉米粥 | 紅蘿蔔燉肉、蒜香空心菜、大黃瓜魚丸湯 | 芝麻麥片 |
| 08月28日(三) | 芝麻包+豆漿 | 海鮮高麗菜飯、洋蔥蕃茄排骨湯 | 花生豆花 |
| 08月29日(四) | 肉燥湯麵 | 洋蔥咖喱燉肉、青菜、牛蒡排骨湯 | 餛飩湯 |
| 08月30日(五) | 芹菜貢丸湯 | 日式味增海鮮湯麵 | 餐包.金蘋果 |
|  |

★本園餐點視幼兒所需之營養素與熱量為前提，口味以清淡自然為主，選用健康、營養、自然的食物，且在烹調過程中少油、少鹽、不油炸，讓孩子吃的開心、吃的均衡、吃得健康。