

成真幼兒園

Healthy Meal Planner



	早餐	午餐	點心
9/1	時蔬麵線	鮮蔬菇炒飯、炒時蔬、豆腐時蔬湯、水果	古早味蛋糕
9/2	蔬菜麵	香Q白飯、豆腐蒸蛋、蒸肉餅、炒食蔬、莧菜蛋花湯、水果	蔬菜肉末麵
9/3	滑蛋鮮肉粥	香Q白飯、豬肉末燴時蔬貢丸、燉白菜、紫菜小魚湯、水果	肉末米粉湯
9/4	香鬆白粥	糙米飯、咖哩雞肉、馬鈴薯紅蘿蔔、紫菜蛋花湯、水果	果醬三明治
9/7	花椰菜肉末粥	鮮肉水餃、炒時蔬、玉米濃湯、水果	蔬菜米粉湯
9/8	南瓜粥	什錦炒麵、炒時蔬、水果、番茄蛋花湯	黑糖麵包捲
9/9	蔬菜玉米小魚粥	糙米飯、醬爆雞丁、炒時蔬、味增湯、水果	什錦麵
9/10	時蔬肉末粥	香Q白飯、五香滷肉、滷豆干、炒時蔬、黃瓜蔬菜湯、水果	蔬菜粉絲
9/11	玉米肉末粥	義大利肉醬麵、香炒時蔬、貢丸湯、水果	起酥蛋糕
9/14	香菇洋葱肉末粥	香Q白飯、麻婆豆腐、炒時蔬、青菜蛋花湯、水果	米粉湯
9/15	地瓜粥	玉米鮮菇蛋炒飯、炒時蔬、蕃茄豆腐湯、水果	豆沙蒸包
9/16	油菜肉末粥	香Q白飯、洋葱豬肉、雙色蔬炒蛋、炒時蔬、冬瓜大骨湯、水果	雞蛋麵線
9/17	絲瓜肉末麵線	糙米飯、咖哩雞肉、馬鈴薯紅蘿蔔、紫菜蛋花湯、水果	滑蛋肉末冬粉
9/18	番茄肉末粥	鮮肉水餃、炒時蔬、玉米濃湯、水果	蘋果麵包
9/21	青江菜肉末粥	香Q白飯、豬肉末燴時蔬貢丸、燉白菜、紫菜小魚湯、水果	蔬菜粉絲

本園餐點使用台灣自產豬肉製品；本園未使用主管機關公告之不合格油品

成真幼兒園

Healthy Meal Planner

早餐

午餐

點心

9/22

香菇玉米粥

什錦炒麵、炒時蔬、水果、番茄蛋花湯

果醬三明治

9/23

蔬菜豆腐小魚粥

香Q白飯、番茄炒蛋燴肉、炒時蔬、黃瓜蔬菜湯、水果

什錦粉絲

9/24

胡蘿蔔肉末粥

香Q白飯、洋蔥炒肉、香炒豆干、炒食蔬、青菜蛋花湯、水果

鮮肉麵

9/29

花菜粥

玉米鮮菇蛋炒飯、炒時蔬、蕃茄豆腐湯、水果

鮮奶饅頭

9/30

南瓜肉末粥

藜麥飯、馬鈴薯燉雞肉、炒時蔬、莧菜蛋花湯、水果

蔬菜粉絲

本園餐點使用台灣自產豬肉製品；本園未使用主管機關公告之不合格油品