| 台南市私立名人幼兒園111度第一學期9月餐點表 | | | | | | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 水果 | 下午點心 | 全穀根莖類 | 豆魚肉蛋類 | | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 四 | 絲瓜麵線 | 地瓜粥.豆干.小魚煎蛋.炒青菜(地瓜豆干吻魚蛋空心菜) | 香蕉 | 小籠包.米漿 |  |  | |  |  |
| 2 | 五 | 玉米濃湯 | 竹筍肉粥 魯油豆腐(竹筍.肉燥.油豆腐) | 芭樂 | 絲瓜麵線湯 | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ |
| 3 | 六 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 4 | 日 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 5 | 一 | 什錦湯麵 | 青菜 蒸蛋 肉燥 白飯 | 西瓜 | 青菜肉粥 |  | |  |  |  |
| 6 | 二 | 豇豆肉粥 | 肉燥絲瓜粥(肉燥.紅蔥頭.蛋 | 芭樂 | 蛋花麵線 |  | |  |  |  |
| 7 | 三 | 蔬菜粥 | 絲瓜飯(肉燥.蔥頭.蛋) | 柚子 | 蘇打餅.麥茶 |  |  | |  |  |
| 8 | 四 | 絲瓜湯麵 | 白米飯.滷肉.海帶豆乾.冬瓜.豆薯蛋花湯 | 香蕉 | 豆腐湯 |  |  | |  |  |
| 9 | 五 |  | 中秋節 |  |  |  |  | |  |  |
| 10 | 六 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 11 | 日 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 12 | 一 | 吻仔魚翡翠粥 | 番茄蛋包飯〈番茄..碎肉.火腿.青椒玉米〉.小魚莧菜湯. | 香蕉 | 吐司 養生茶 |  |  | |  |  |
| 13 | 二 | 絲瓜肉粥 | 白米飯.肉燥、蔥蛋、清蒸茄子、冬瓜肉片湯. | 西瓜 | 青菜豆腐湯 |  |  | |  |  |
| 14 | 三 | 絲瓜肉絲麵 | 蔬菜稀飯(絲瓜.肉燥.蔥頭.香菇 | 木瓜 | 蘇達餅.養生茶 |  |  | |  |  |
| 15 | 四 | 絲瓜麵 | 醬燒豬排燴飯〈馬鈴薯.紅蘿蔔肉排.玉米.洋蔥〉 | 火龍果 | 芋頭肉粥 |  |  | |  |  |
| 16 | 五 | 雞蛋瘦肉粥 | 什錦湯麵(空心菜.肉燥.蝦米.蛋 | 香蕉 | 地瓜圓仔湯 |  |  | |  |  |
| 17 | 六 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 18 | 日 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 19 | 一 | 竹筍鹹粥 | 青椒肉絲玉米蛋炒飯.香菇雞湯. | 木瓜 | 八寶粥 |  |  | |  |  |
| 20 | 二 | 地瓜肉燥粥 | 米飯.豆干肉燥.絲瓜炒蛋.小丸子.香菇雞湯 | 芭樂果 | 蘇打餅、.麥茶 |  |  | |  |  |
| 21 | 三 | 蔬菜豬肉粥(地瓜葉.絞肉) | 魚羹麵(吻魚白菜紅蘿蔔) | 香蕉 | 吐司.豆漿 |  |  | |  |  |
| 22 | 四 | 竹筍肉燥粥 | 南瓜肉燥飯. (南瓜絞肉)豆腐蛋花湯. | 西瓜 | 絲瓜肉燥麵 |  |  | |  |  |
| 23 | 五 | 小米蔬菜粥 | 什錦湯麵〈肉絲.蛋.魚丸...蝦米〉、 | 木瓜 | 絲瓜麵線 | ✔ | ✔ | | ✔ | ✔ |
| 24 | 六 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 25 | 日 |  | 週休 |  |  |  |  | |  |  |
| 26 | 一 | 小米蔬菜粥 | 雞肉飯 (雞胸肉.蔥.少許薑)滷蛋 | 木瓜 | 絲瓜麵線湯湯 |  |  | |  |  |
| 27 | 二 | 小魚瘦肉粥 | 白米飯.紅蘿蔔炒蛋.滷冬瓜.肉絲鮮菇湯. | 香蕉 | 燕麥粥 |  |  | |  |  |
| 28 | 三 | 玉米蛋粥 | 青菜海產什錦粥〈魚肉.小卷.蛤蜊.筍絲.絞肉〉. | 木瓜 | *絲瓜肉燥麵* |  |  | |  |  |
| 29 | 四 | 肉燥米粉 | 香腸飯.燙地瓜葉菜.滷蛋.紫菜小魚湯 | 西瓜 | 吐司**.養身**茶 |  |  | |  |  |
| 30 | 五 | 蛋肉粥 | 什錦湯麵(.香菇.雞胸肉.蛋空心菜紅蘿蔔) | 芭樂 | 蘇打餅.桑葚汁 |  |  | |  |  |

\*您的寶寶若對某種食物產生過敏或有禁忌…等，請事先告知老師。