

👉 臺北市私立小天心茜茜幼兒園

111 學年度第二學期 9 月 餐點表

日期				09/01(四)	09/02(五)	六	日
早餐				芝麻包 豆漿	水煮蛋 麥片牛奶		
午餐				蘿蔔滷肉 紅蘿蔔炒蛋 蒜香高麗菜 香菇雞湯 紫米飯、蘋果	木耳蔬菜雞肉麵 竹筍排骨湯 香蕉	週休	週休
點心				香菇瘦肉粥	奶皇包		
日期	09/05(一)	09/06(二)	09/07(三)	09/08(四)	09/09(五)	六	日
早餐	肉包 米漿	葡萄吐司 牛奶	起司包 豆漿	青菜吻仔魚粥			
午餐	蒲燒鯛魚 九層塔炒蛋 蒜酥菜豆 鳳梨雞湯 紫米飯、蘋果	馬鈴薯燒肉 紅蘿蔔炒蛋 蒜香空心菜 香菇雞湯 小米飯、木瓜	筍子燉肉 蕃茄炒蛋 青椒玉米筍 青菜豆腐湯 糙米飯、鳳梨	香菇肉羹飯 貢丸蛋花湯 白飯、香蕉	中秋節 補假	週休	週休
點心	紅豆紫米粥	小米地瓜粥	大滷麵	銀絲卷+牛奶			
日期	09/12(一)	09/13(二)	09/14(三)	09/15(四)	09/16(五)	六	日
早餐	蔓越莓起司包 米漿	芝麻包 豆漿	覆盆莓吐司 牛奶	肉包 紫米漿	水煮蛋 地瓜牛奶		
午餐	豆鼓魚 紅燒豆腐 花椰菜 冬瓜排骨湯 紫米飯、蘋果	肉絲炒小黃瓜 肉末豆腐 炒地瓜葉 青菜蛋花湯 小米飯、木瓜	芋頭燒肉 蒸蛋 蒜香大陸妹 海帶芽貢丸湯 糙米飯、鳳梨	咕咕雞丁 蔥蛋 炒地瓜葉 薑絲冬瓜雞湯 白飯、芭樂	茄汁蔬菜肉末 通心麵 紫菜蛋花湯 白飯、香蕉	週休	週休
點心	紫米薏仁粥	香菇肉粥	紅豆地瓜湯	鹹粥	生日蛋糕		
日期	09/19(一)	09/20(二)	09/21(三)	09/22(四)	09/23(五)	六	日
早餐	紅豆吐司 米漿	黑糖銀絲卷 豆漿	玉米肉粥	奶皇包 豆奶	水煮蛋 麥片牛奶		
午餐	糖醋魚 紅蘿蔔炒蛋 炒地瓜葉 山藥排骨湯 小米飯、蘋果	蔥油雞 韭菜炒蛋 蒜香高麗菜 蘿蔔排骨湯 白飯、芭樂	醬燒雞丁 韭菜炒蛋 豆包炒芹菜 玉米排骨湯 白飯、紅龍果	筍香紅燉肉 洋蔥炒蛋 蒜香空心菜 竹筍排骨湯 糙米飯、鳳梨	雞丁蔬菜 咖哩飯 紫菜蛋花湯 芭樂	週休	週休
點心	蛋花湯麵	麻油雞麵線	蘿蔔糕湯	肉絲蔬菜粥	小米粥		
日期	09/26(一)	09/27(二)	09/28(三)	09/29(四)	09/30(五)	六	日
早餐	菜包 豆漿	青菜吻仔魚粥	起司包 米漿	肉包 紫米漿	水煮蛋 燕麥奶		
午餐	紅燒鯛魚 胡瓜 紅蘿蔔蛋 冬瓜排骨湯 白飯、蘋果	瓜仔肉 韭菜蛋 地瓜葉 味噌湯 小米飯、木瓜	南瓜肉末 萵菜 玉米蛋 大黃瓜排骨湯 糙米飯、鳳梨	黃瓜雞丁 玉米炒蛋 大陸妹 蘿蔔排骨湯 白飯、芭樂	麻醬麵 味噌蛋花湯 香蕉	週休	週休
點心	鹹粥	海鮮湯麵	綠豆湯	蛋沙拉三明治	菠蘿麵包+麥茶		

- ※ 本園一律使用國產豬肉，出自嘉義/高雄/屏東肉品市場、中壢屠宰場。
- ※ 午餐主食會搭配糙米、五穀、紅藜、小米、地瓜等。餐後備有時令水果一份。
- ※ 餐點烹煮採少油、少鹽、少糖、不加味精為烹煮的主要原則。
- ※ 如遇特殊情況或慶典活動時，本園餐點將做適當調整。