

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 9 月份餐點表

115.10.1 修正

日期	星期	早點	午餐					午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯		1 全穀 根莖類	2 豆魚 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
1	二	南瓜濃湯	鮮蔬肉片粥			涼拌玉米筍		西瓜	草莓蛋糕	桂圓茶	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3			3		4	1. 4		✓	✓
2	三	枸杞麵線	五穀飯	清滷豆腐	杏鮑菇炒肉	小白菜	大骨黃瓜湯	火龍果	綠豆 QQ 湯		✓	✓
食物類別		1. 3	1	2	2. 3	3	2. 3	4	1		✓	✓
3	四	鮮蔬滑蛋粥	精燉紅燒麵					哈密瓜	菠蘿麵包	冬瓜茶	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3					4	1. 3		✓	✓
4	五	什錦素羹	糙米飯	香滷小腿	玉米炒蛋	油菜	味噌豆腐湯	蘋果	沙其瑪	紅棗茶	✓	✓
食物類別		1. 3	1	2	1. 2	3	1. 2	4	1. 4		✓	✓
7	一	營養麥片 牛奶	白米飯	香菇滷冬瓜	芹香干片	豆芽菜	鮮蔬湯	西瓜	魚丸米粉湯		✓	✓
食物類別		1. 2	2	3	2. 3	3	3	4	1. 2		✓	✓
8	二	地瓜粥	番茄肉絲拉麵					芭樂	青蔥饅頭	決明茶	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3					4	1. 3		✓	✓
9	三	紅豆吐司 豆漿	五穀飯	蔭瓜滷肉	炸花枝丸	油菜	竹筍湯	火龍果	仙草蜜		✓	✓
食物類別		1. 2	1	2. 3	1. 2	3	3	4	1		✓	✓
10	四	玉米粥	鳳梨叉燒炒飯				四神湯	西瓜	什錦冬粉湯		✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3. 4				1. 2	4	1. 3		✓	✓
11	五	芋頭西米露	糙米飯	烤麩滷蘿蔔	紅燒肉	油菜	芙蓉蛋花湯	芭樂	小肉包	檸檬冬瓜茶	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	2	3	2	4	1. 2. 3		✓	✓
14	一	甜心卷 米漿	白米飯	五香肉燥	炒三蔬	高麗菜	紫菜湯	西瓜	鮮蔬麵線		✓	✓
食物類別		1	1	2	3	3	3	4	1. 3		✓	✓
15	二	蘿蔔糕湯	白玉雞肉燴飯			涼拌小黃瓜		芭樂	奶油麵包	梅子茶	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			3		4	1		✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。



宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 9 月份餐點表

115.10.1 修正版

日期	星期	早點	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		1 全穀 根莖類	2 豆魚 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
16	三	全麥吐司 豆漿	五穀飯	粉蒸肉	木耳炒麵腸	空心菜	大骨瓠瓜湯	哈密瓜	三絲豆腐羹	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	1. 3	3	2. 3	4	2. 3	✓	✓	✓	✓
17	四	海苔滑蛋粥	什錦炒麵				番茄豆腐湯	火龍果	紅豆芋圓湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3				2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
18	五	養生紫米粥	糙米飯	紅蘿蔔燴蛋	洋蔥炒肉絲	空心菜	貢丸湯	西瓜	銀絲卷 枸杞木耳湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	2. 3	3	1. 2	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
21	一	椰香饅頭 米漿	白米飯	筍絲燉肉	豆干丁炒肉末	大陸妹	薑絲冬瓜湯	芭樂	南瓜米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	2	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓
22	二	莧菜魷仔魚粥	什錦鮮蔬拉麵					火龍果	花卷 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3					4	1	✓	✓	✓	✓
23	三	芋頭吐司 豆漿	五穀飯	京醬肉絲	芹菜炒干絲	小白菜	香菇蛋花湯	芭樂	客家板條	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	2	2. 3	3	2. 3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
24	四	絲瓜烏龍麵	香菇雞肉粥			海苔絲		西瓜	奶酥麵包 水果茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1. 2. 3			3		4	1. 3	✓	✓	✓	✓
29	二	翠玉瘦肉粥	蔬菜肉絲湯麵					芭樂	雜糧饅頭 養生茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3					4	1. 2	✓	✓	✓	✓
30	三	白饅頭 米漿	五穀飯	海帶滷肉	螞蟻上樹	豆芽菜	南瓜湯	火龍果	翡翠銀魚羹	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2. 3	1. 2. 3	3	1	4	1. 2	✓	✓	✓	✓

※ 1. 本園食材來源一律使用國產豬肉 2. 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

