



新北市漢翔非營利幼兒園(委託財團法人三之三生命教育基金會辦理) 9 月份菜單

| 日期 | 早<br>08:40 | 午 餐              |      |      |      |        | 午 點  | 餐點類別檢核表   |           |         |     |
|----|------------|------------------|------|------|------|--------|------|-----------|-----------|---------|-----|
|    |            | 主食               | 主菜   | 副菜一  | 副菜二  | 湯      |      | 全穀根<br>莖類 | 豆魚肉<br>蛋類 | 蔬菜<br>類 | 水果類 |
| 1  | 奶油球、薏仁漿    | 雙色炒麵、有機蔬菜、玉米湯    |      |      |      |        | 鹹粥   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 2  | 菠蘿吐司、米漿    | 糙白米飯             | 雞捲   | 三杯百葉 | 有機蔬菜 | 味噌豆腐湯  | 豆花   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 3  | 牛角餐包、豆漿    | 糙白米飯             | 紅燒雞腿 | 日式蒸蛋 | 有機蔬菜 | 美味鮮菇湯  | 燒賣   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 4  | 起司麵包、黑豆奶   | 糙白米飯             | 吻仔魚  | 紅燒豆腐 | 有機蔬菜 | 紫菜蛋花湯  | 鬆餅   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 5  | 什錦脆片、牛奶    | 奶油義大利麵、有機蔬菜、玉米湯  |      |      |      |        | 肉包   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 8  | 火腿起司吐司、米漿  | 米粉湯、有機蔬菜         |      |      |      |        | 八寶粥  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 9  | 銀絲卷、燕麥飲    | 糙白米飯             | 打拋肉  | 炒甜不辣 | 有機蔬菜 | 什蔬馬鈴薯湯 | 小餡餅  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 10 | 三色吐司、麥茶    | 糙白米飯             | 三杯雞  | 蒸蛋   | 有機蔬菜 | 貢丸湯    | 仙草蜜  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 11 | 奶皇包、堅果飲    | 糙白米飯             | 清蒸魚  | 紅燒麵輪 | 有機蔬菜 | 海芽蛋花湯  | 風味饅頭 | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 12 | 果醬麵包、豆漿    | 咖哩燴飯、有機蔬菜、丸子湯    |      |      |      |        | 慶生會  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 15 | 風味饅頭、米漿    | 肉燥炒麵、有機蔬菜、蘿蔔湯    |      |      |      |        | 桂圓粥  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 16 | 芝麻包、紫米漿    | 糙白米飯             | 滷肉   | 魚板蒸蛋 | 有機蔬菜 | 鮮菇湯    | 布丁   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 17 | 奶皇包、黑豆奶    | 糙白米飯             | 紅燒雞腿 | 玉米炒蛋 | 有機蔬菜 | 丸子湯    | 燒賣   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 18 | 蘋果麵包、米漿    | 糙白米飯             | 吻仔魚  | 甜不辣  | 有機蔬菜 | 蛋花湯    | 綠豆湯  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 19 | 銅羅燒、堅果飲    | 日式烏龍麵、有機蔬菜、番茄蛋花湯 |      |      |      |        | 小餡餅  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 22 | 芋頭吐司、米漿    | 貢丸湯麵、有機蔬菜        |      |      |      |        | 珍珠丸子 | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 23 | 蘋果麵包、麥茶    |                  | 美味水餃 |      | 有機蔬菜 | 玉米湯湯   | 八寶粥  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 24 | 豆沙包、黑豆奶    | 糙白米飯             | 蝦仁炒蛋 | 五香滷味 | 有機蔬菜 | 蔬菜湯    | 包子   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 25 | 草莓小丸子、薏仁漿  | 糙白米飯             | 麻婆豆腐 | 玉米炒蛋 | 有機蔬菜 | 芹香丸子湯  | 烤地瓜  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 26 | 玉米脆片、鮮奶    | 赤肉羹湯麵、有機蔬菜       |      |      |      |        | 鬆餅   | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |
| 29 | 教          | 師 節 補 假 一 天      |      |      |      |        |      |           |           |         |     |
| 30 | 黑糖捲、燕麥飲    | 番茄義大利麵、有機蔬菜、玉米濃湯 |      |      |      |        | 蔬菜粥  | ✓         | ✓         | ✓       | ✓   |

當季水果



本公告為 9 月當月菜單，因應時令本園所保有最後修改調整之權利