

桃園市立龍潭幼兒園112學年度第1學期餐點表(素)

週次					早 上 點 心		午 餐					下 午 點 心
							主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果
第一週		10/23	12/18	一	鮮奶+玉米脆片	芝麻飯	傳統素肉燥	白玉燒海帶片	有機青菜	香菇冬瓜湯	水果	金絲捲+青菜蛋花湯
		10/24	12/19	二	素水餃湯	蕎麥飯	香酥鮑菇	家常豆腐	有機青菜	山藥湯	水果	地瓜西米露
	8/30 開學	10/25	12/20	三	豆沙包+米漿	蔬食日	素炒油麵	滷蛋	有機青菜	昆布蘿蔔湯	水果	蛋炒蘿蔔糕
	8/31	10/26	12/21	四	鮮蔬玉米粥	特餐日	香香包子	梅干干片	有機青菜	黃瓜湯	水果	黑糖豆花
	9/1	10/27	12/22	五	鮮奶+芋泥包	糙米飯	醬爆干丁	田園四色	有機青菜	番茄蛋花湯	水果	素麵線羹
第二週	9/4	10/30	12/25	一	鮮奶+玉米脆片	玉米飯	咖哩油腐	海帶雙絲	有機青菜	海芽蛋花湯	水果	米苔目湯
	9/5	10/31	12/26	二	雞絲麵	芝麻飯	鮮菇冬瓜燒	芹香素雞	有機青菜	鮮菇白菜湯	水果	薯餅
	9/6	11/1	12/27	三	山藥粥	蔬食日	鮮蔬螺旋麵	紅蔘炒蛋	有機青菜	玉米濃湯	水果	中華愛玉
	9/7	11/2	12/28	四	細粉湯	特餐日	什錦燴飯	鹽酥百頁	有機青菜	木瓜枸杞湯	水果	燒仙草(冬)/仙草蜜(夏)
	9/8	11/3	12/29	五	鮮奶+雜糧小饅頭	糙米飯	椒鹽燒香菇	麻婆豆腐	有機青菜	羅宋湯	水果	素水餃+大根湯
第三週	9/11	11/6	1/1元旦	一	鮮奶+玉米脆片	小米飯	糖醋油腐丁	芹香高麗	有機青菜	南瓜濃湯	水果	雜糧饅頭
	9/12	11/7	1/2	二	茶葉蛋+鮮蔬湯	紫米飯	玉米布丁酥	開陽扁蒲	有機青菜	味噌湯	水果	關東煮
	9/13	11/8	1/3	三	素肉鬆稀飯+脆瓜	蔬食日	南瓜炒米粉	紅燒豆包	有機青菜	三絲鮮菇湯	水果	水煮玉米
	9/14	11/9	1/4	四	擔仔乾麵	特餐日	蛋炒飯	咕咾豆腸	有機青菜	芹香蘿蔔湯	水果	加州葡萄吐司+麥茶
	9/15	11/10	1/5	五	鮮奶+銀絲卷	糙米飯	紅燒蘿蔔海結	炒豆干	有機青菜	高麗菜蛋花湯	水果	綠豆地瓜
第四週	9/18	11/13	1/8	一	鮮奶+玉米脆片	芝麻飯	飄香滷蛋	鮮瓜素雞丁	有機青菜	養生湯	水果	皮蛋玉米粥
	9/19	11/14	1/9	二	蛋花素湯餃	五穀飯	燉馬鈴薯	玉米炒蛋	有機青菜	鮮菇湯	水果	黑糖紅豆紫米大麥仁粥
	9/20	11/15	1/10	三	芝麻包+豆漿	蔬食日	鮮蔬炒飯	醬燒乾丁	有機青菜	什錦羹湯	水果	麻油麵線
	9/21	11/16	1/11	四	鮮蔬粥	特餐日	素乾麵	味噌燒豆腐	有機青菜	蓮藕(洋芋)湯	水果	草莓夾心(新感覺+決明子茶
	9/22	11/17	1/12	五	鮮奶+豆沙包	糙米飯	醬爆干丁	鮮蔬咖哩	有機青菜	糙薏仁湯	水果	穀物燉奶
第五週	9/25	11/20	1/15	一	鮮奶+玉米脆片	蕎麥飯	香菇素肉燥	香滷油腐	有機青菜	雙色蘿蔔湯	水果	金絲捲+玉米菇菇湯
	9/26	11/21	1/16	二	香菇麵疙瘩	燕麥飯	洋芋玉米	蕃茄炒蛋	有機青菜	肉骨茶湯	水果	蒸烤地瓜+時蔬湯
	9/27	11/22	1/17	三	高麗菜包+黑豆漿	蔬食日	腰果香椿炒飯	紅燒豆包	有機青菜	黃芽元氣湯	水果	三絲豆腐羹
	9/28	11/23	1/18	四	蓮子粥	特餐日	客家炒飯條	什錦鮮蔬	有機青菜	酸辣湯	水果	素水餃+鮮瓜湯
	9/29 中秋	11/24	1/19 結束	五	鮮奶+奶皇包	糙米飯	塔香干片	清蒸蛋	有機青菜	紅棗木瓜湯	水果	小米紅豆粥
第六週	10/2	11/27		一	鮮奶+小饅頭	芝麻飯	素瓜子肉	螞蟻上樹	有機青菜	洋芋湯	水果	蔬菜素餃子湯
	10/3	11/28		二	客家蘿蔔糕湯	大麥仁飯	糖醋油腐丁	白菜滷	有機青菜	海芽蛋花湯	水果	蔬菜小米粥
	10/4	11/29		三	黑糖糕+米漿	蔬食日	日式烏龍麵	滷蛋	有機青菜	蕃茄豆腐湯	水果	草莓燉奶
	10/5	11/30		四	五穀養生粥	特餐日	木須燴飯	什錦天婦羅	有機青菜	蘿蔔金菇湯	水果	奶酥派司+山粉圓湯
	10/6	12/1		五	鮮奶+奶皇包	糙米飯	照燒素排	紅燒豆腐	有機青菜	豆薯湯	水果	油腐粉絲湯
第七週	9/23 10/9 國慶	12/4		一	鮮奶+奶酥麵包	小米飯	三杯鮑菇	枸杞蒸蛋	有機青菜	南瓜湯	水果	高麗菜包+玉米蛋花湯
	10/10 國慶	12/5		二	蛋香麵線	紫米飯	醬燒麵腸	什錦鮮燴	有機青菜	刈薯湯	水果	銀絲卷+紫菜湯
	10/11	12/6		三	果醬吐司+薏仁漿	蔬食日	客家炒麵	香滷黑干	有機青菜	大滷湯	水果	紅豆西米露
	10/12	12/7		四	鮮蔬粥	特餐日	傳香素油飯	薯丁三色	有機青菜	味噌豆腐湯	水果	中華水果豆花
	10/13	12/8		五	鮮奶+雞蛋小饅頭	糙米飯	義式香料百頁	黃瓜鮮菇	有機青菜	玉米蘿蔔湯	水果	黑糖地瓜湯
第八週	10/16	12/11		一	鮮奶+玉米脆片	玉米飯	蠔油鮮菇	葡香南瓜	有機青菜	黃芽海帶湯	水果	芹香滑蛋粥
	10/17	12/12		二	鍋燒意麵	五穀飯	蜜汁黑干	茄汁洋芋	有機青菜	四神薏仁湯	水果	中華愛玉
	10/18	12/13		三	黑糖小饅頭+豆漿	蔬食日	野菇炒飯	洋蔥炒蛋	有機青菜	玉米濃湯	水果	芋香椰奶西谷米
	10/19	12/14		四	味噌拉麵	特餐日	素水餃	茶香滷味	有機青菜	冬瓜金菇湯	水果	高麗菜包+枸杞紅棗茶
	10/20	12/15		五	鮮奶+杯子蛋糕*2	糙米飯	黑胡椒素豬排	素炒粉絲	有機青菜	鮮菇湯	水果	綠豆大麥仁

☆慶生☆下午點心改：生日蛋糕+產履黃豆奶

☆菜單中含有食品過敏原,有特殊過敏體質用餐前請先注意菜單食材(如大豆、芝麻、花生、堅果、乳品、蛋、麩皮、芒果等過敏原)