

育達科大附設私立廣秀森林幼兒園 8 餐點設計表

日期	早點	午餐					點心	自製率
		主食	主菜	副菜	蔬菜	湯品		
08/01(四)	小饅頭、水果	小米飯	香菇滷肉飯	涼拌三絲	時令蔬菜	青菜豆腐湯	愛玉仙草	90%
08/02(五)	三明治、水果	水餃			時令蔬菜	海菜芽湯	歐包、蘋果汁	90%
08/05(一)	饅頭、水果	胚芽飯	洋芋肉排咖哩	家常豆腐	時令蔬菜	銀魚豆腐味噌湯	水果脆片、牛奶	80%
08/06(二)	蒸南瓜、水果	五穀飯	京醬雞丁	塔香海茸	時令蔬菜	竹筍排骨湯	檸檬愛玉	90%
08/07(三)	蔬菜湯麵、水果	黑芝麻飯	薄鹽鯖魚	蔥花玉米炒蛋	時令蔬菜	蘿蔔排骨湯	慶生會、麥茶	90%
08/08(四)	銀絲卷、水果	胚芽糙米飯	打拋豬	絲瓜蛤蜊	時令蔬菜	銀魚莧菜湯	綠豆薏仁湯	90%
08/09(五)	果醬吐司、水果	茄汁義大利麵			時令蔬菜	西班牙冷湯	客家米苔目	90%
08/12(一)	花捲、水果	小米飯	蠔油香菇雞	豆芽炒三絲	時令蔬菜	金針雞湯	海苔小飯糰	80%
08/13(二)	蒸地瓜、水果	胚芽飯	栗子燒雞	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	菇菇雞湯	牛奶、玉米麥片	90%
08/14(三)	無糖饅頭、水果	五穀飯	黃瓜肉片	螞蟻上樹	時令蔬菜	紫菜豆腐蛋花湯	水煎包	80%
08/15(四)	蒸玉米、水果	黑芝麻飯	橙汁梅肉	白菜炒腐片	時令蔬菜	三絲湯	古早味乾麵	90%
08/16(五)	地瓜粥、水果	什錦海鮮炒米粉			時令蔬菜	鳳梨苦瓜雞湯	餛飩湯	90%
08/19(一)	饅頭、水果	胚芽糙米飯	清蒸鱈魚	肉絲炒洋芋	時令蔬菜	山藥排骨湯	白煮蛋、養生茶	80%
08/20(二)	芝麻包、水果	小米飯	糖醋小排	雙色蒸蛋	時令蔬菜	銀芽排骨湯	綠豆地瓜湯	90%
08/21(三)	烤地瓜、水果	胚芽飯	瓜仔肉	三彩炒菇	時令蔬菜	冬瓜蘿蔔湯	綜合滷味	80%
08/22(四)	軟法麵包、水果	五穀飯	照燒和風豬肉	雙冬扒青江	時令蔬菜	蒜頭雞湯	餐包、麥茶	90%
08/23(五)	什錦堅果、水果	夏威夷炒飯			時令蔬菜	南瓜蔬菜排骨湯	菠蘿麵包、豆漿	80%
08/26(一)	全麥饅頭、水果	黑芝麻飯	魚香肉絲	白菜滷	時令蔬菜	腐竹牛蒡湯	酸辣湯餃	90%
08/27(二)	水煮玉米、水果	胚芽糙米飯	滷棒棒腿	蕃茄炒蛋	時令蔬菜	蘿蔔小排湯	關東煮	90%
08/28(三)	鮪魚吐司、水果	小米飯	雙色雞丁	滑蛋雙菇	時令蔬菜	枸杞玉米湯	餐包、牛奶	90%
08/29(四)	乾餛飩、水果	胚芽飯	和風燉雞	炒薑絲海帶芽	時令蔬菜	四神排骨湯	瓠瓜粥	90%
08/30(五)	蒸蘿蔔糕、水果	肉絲炒烏龍麵			時令蔬菜	冬瓜排骨湯	芝麻小饅頭、牛奶	90%

★. 餐點內容可能因市場供需略做調整恕不另行通知敬請見諒。註. 本園使用國產豬肉、鮮魚。註. 若餐點裡有會引起幼兒過敏的食物，請主動告知園方及老師，避免造成不適。