

臺灣大學附設幼兒園 113 學年度第一學期 9 月份餐點表

週次	日期/星期	晨光乳品	午 餐					下午點心	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品		水果
一	9/2(一)	鮮乳 豆奶	菇菇什錦素麵		什錦滷鍋	季節時蔬		時令水果	茶葉蛋 大麥水
	9/3(二)		玉米飯	桂竹燒肉	魚香拌豆角	季節時蔬	大黃瓜肉片湯	時令水果	起士蘇打餅 豆奶
	9/4(三)		綠豆胚芽飯	番茄豆腐丸子燒	肉絲豆腸	季節時蔬	海帶芽味增湯	時令水果	玉米濃湯麵
	9/5(四)		芝麻糙米飯	雞米咖哩	五香小雞腿	季節時蔬	空心菜小魚蛋花湯	時令水果	奶油捲 黑糖水
	9/6(五)		四季豆菜飯	故鄉滷肉	洋蔥炒蛋	季節時蔬	冬瓜丸子湯	時令水果	檸檬愛玉
二	9/9(一)	鮮乳 豆奶	蔬菜粥		香菇麵筋	季節時蔬		時令水果	芋頭糕 燕麥奶
	9/10(二)		胚芽飯	香香滷鍋	玉米三色	季節時蔬	豆腐蛋花湯	時令水果	香鬆飯糰 豆奶
	9/11(三)		紅豆飯	吻魚炒蛋	豆皮絲瓜	季節時蔬	大黃瓜丸子湯	時令水果	起司麵包 黑糖奶
	9/12(四)		香菇油飯		QQ 滷蛋	季節時蔬	肉羹湯	時令水果	法式三明治 木耳露
	9/13(五)		紅豆胚芽飯	打拋牛肉	什錦瓠瓜	季節時蔬	莧菜豆腐小魚湯	時令水果	中秋月餅 大麥水
三	9/16(一)	鮮乳 豆奶	蔬菜什錦粥		紅燒豆皮	季節時蔬		時令水果	鮮奶饅頭夾蛋 蜂蜜檸檬
	9/17(二)		中 秋 節 放 假 一 天						
	9/18(三)		藜麥糙米飯	雞蛋豆腐蒸魚	玉米肉末	季節時蔬	冬瓜丸子湯	時令水果	肉鬆三明治 百香果汁
	9/19(四)		胚芽地瓜飯	吻魚烘蛋	什錦大黃瓜	季節時蔬	牛蒡雞片湯	時令水果	鹹奶油麵包 木耳露
	9/20(五)		紅豆飯	瓜子肉燥	清炒絲瓜	季節時蔬	莧菜湯	時令水果	香甜玉米
四	9/23(一)	鮮乳 豆奶	素香湯麵		五香滷鍋	季節時蔬		時令水果	蘿蔔糕 大麥水
	9/24(二)		青江菜飯	桂竹燒肉	絲瓜燴什菇	季節時蔬	南瓜濃湯	時令水果	消化餅 豆奶
	9/25(三)		葡萄乾胚芽飯	吻魚炒蛋	鳳梨炒木耳	季節時蔬	大黃瓜肉片湯	時令水果	奶油三明治 木耳露
	9/26(四)		蔓越莓糙米飯	故鄉肉醬	蝦皮瓠瓜	季節時蔬	蘿蔔玉米湯	時令水果	葡萄乾吐司 百香果汁
	9/27(五)		四季豆菜飯	馬鈴薯燒肉	番茄炒蛋	季節時蔬	空心菜湯	時令水果	綠豆麥片粥
五	9/30(一)		什錦蔬菜粥		紅燒豆腐	季節時蔬		時令水果	玉米吐司 黑糖牛奶

- ◎每日早晨及週二下午由台大農場直送鮮奶與豆奶、新鮮、營養、好喝！！
- ◎響應減碳愛地球，實施「週一無肉日」力行環境保護。
- ◎餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。
- ◎**本園一律使用合法國產肉品為食材**，餐點使用之食材皆為台灣本土生產之產品。
- ◎為避免孩子攝取過多的糖分及脂肪，飲品皆為無糖或低糖，餐食中的肉品皆為低脂與國產肉品，請家長放心！如需餐點單請自行下載，謝謝！

