

臺北市大安區龍安國小附設幼兒園114學年度9月餐點表

日期	星期	早點		午			餐			午點		已符合四大類食物	
				主食		副菜	湯品	水果					
9月1日	一	蜂蜜麥片	鮮奶	胚芽飯	清蒸鱈魚	洋蔥炒蛋	空心菜	紫菜蛋花湯	水果	香菇瘦肉粥		✓	香蕉
9月2日	二	白菜蛋花湯餃		五穀飯	滷排骨	秀珍菇爬豆腐	油菜	大黃瓜貢丸湯	水果	豆沙包	麥茶	✓	西瓜
9月3日	三	香菇貢丸細粉		紫米飯	馬鈴薯燉肉	毛豆玉米粒	有機蔬菜	羅宋湯	水果	水煮蛋	冬瓜茶	✓	奇異果
9月4日	四	全麥饅頭	鮮奶	胚芽飯	日式烤雞腿	番茄炒豆皮	A菜	牛蒡排骨湯	水果	綠豆薏仁湯		✓	芭樂
9月5日	五	清粥小菜		什錦炒麵			大陸妹	雙色蘿蔔湯	水果	紅豆麵包	果汁	✓	鳳梨
9月8日	一	生日蛋糕	鮮奶	胚芽飯	蒲燒鯛魚	蘿蔔炒蛋	高麗菜	海帶芽豆腐湯	水果	地瓜湯			香蕉
9月9日	二	肉燥麵		五穀飯	瓜仔蒸肉	白菜滷豆皮	青江菜	三絲湯	水果	銅鑼燒	優酪乳	✓	葡萄
9月10日	三	蘿蔔糕湯		五穀飯	涮肉片	彩匯三蔬	有機蔬菜	茼菜小魚湯	水果	玉米麵包	黑豆漿	✓	火龍果
9月11日	四	芝士小軟法	鮮奶	紫米飯	腰果雞丁	味噌烤豆腐	A菜	冬瓜排骨湯	水果	芝麻包	柚子茶	✓	芭樂
9月12日	五	雞茸南瓜粥		義大利麵			鵪白菜	玉米濃湯	水果	優格		✓	蘋果
9月15日	一	什錦果麥	鮮奶	胚芽飯	紅燒魚片	香菇蒸蛋	大陸妹	海帶結排骨湯	水果	蛋花雞絲麵		✓	香蕉
9月16日	二	味噌魚片粥		五穀飯	味噌烤雞	大黃瓜炒木耳	高麗菜	蔬菜湯	水果	起酥蛋糕	冬瓜茶	✓	西瓜
9月17日	三	雜糧饅頭	鮮奶	紫米飯	蔥油雞	豆乾炒肉末	有機蔬菜	紫菜吻仔魚湯	水果	山藥排骨湯		✓	芭樂
9月18日	四	魚片豆腐味噌湯		胚芽飯	香菇蠔油雞	燴南瓜	空心菜	冬瓜貢丸湯	水果	鮮蔥麵包	糙米漿	✓	奇異果
9月19日	五	翡翠鹹粥		咖哩雞肉燴飯			龍鬚菜	什錦菇湯	水果	布丁		✓	鳳梨
9月22日	一	水果麥片	鮮奶	胚芽飯	魚香肉絲	芙蓉蒸蛋	油菜	海帶芽冬瓜湯	水果	水煮玉米		✓	香蕉
9月23日	二	絲瓜麵線		五穀飯	滷翅腿	四季豆炒肉末	A菜	蘿蔔排骨湯	水果	地瓜麵包	麥茶	✓	鳳梨
9月24日	三	青菜餛飩湯		紫米飯	焗烤鮭魚	紅燒豆腐	有機蔬菜	鮮筍雞湯	水果	起司吐司	豆漿	✓	奇異果
9月25日	四	肉包	鮮奶	胚芽飯	鹹蛋蒸肉	玉米炒馬鈴薯	龍鬚菜	番茄豆腐蛋花湯	水果	紅豆薏仁湯		✓	芭樂
9月26日	五	菠菜銀魚滑蛋粥		炸醬麵			高麗菜	酸辣湯	水果	玉米麥片奶酪		✓	葡萄
9月29日	一	補假一日											
9月30日	二	營養麥片	鮮奶	胚芽飯	梨汁烤肉	番茄炒蛋	大陸妹	白菜肉片湯	水果	蓮藕排骨湯		✓	香蕉

*備註：1. 每個月的第一個星期五為蔬食日 2. 每週三提供有機蔬菜 3. 本園一律採用國內在地豬、牛、雞肉

4. 注意易引起過敏之食物(如：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；

餐點組：侯人璋 園主任： 事務組： 總務主任： 會計主任： 校長：

教師兼
幼兒園主任 陳詩宜

事務
組長 王玲

會計
室主任 詹凱玲

臺北市大安區
龍安國民小學
校長 鄭福來

教師兼
總務主任 蕭錦玲