

臺南市私立哈波特幼兒園 114 學年度第一學期 114.8 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	(五)	鮮奶饅頭+ 豆漿	咖哩雞肉燴飯(雞肉、 紅蘿蔔、馬鈴薯)	鳳梨	紅豆粉角湯	√	√	√	√
4	(一)	麥片+牛奶	古早味湯麵(韭菜、肉 絲、豆芽菜、魚丸)	芭樂	草莓吐司+ 決明子茶	√	√	√	√
5	(二)	吻仔魚粥	胚芽米飯、肉燥、有機 高麗菜、大黃瓜湯	芭樂	日式關東煮 (黑輪、米血、白 蘿蔔)	√	√	√	√
6	(三)	滑蛋雞絲麵	酸辣湯麵(麵、紅蘿蔔 絲、筍絲、木耳、豆腐)	芭樂	地瓜綠豆湯	√	√	√	√
7	(四)	芝麻包+豆漿	什錦蛋炒飯(三色豆、 肉絲、香菇、蛋)、 紫菜蛋花湯	芭樂	小餐包+決 明子茶	√	√	√	√
8	(五)	葡萄麵包+ 米漿	地瓜稀飯、醬瓜、肉鬆 、豆漿	芭樂	青菜豆腐湯	√	√	√	√
11	(一)	小饅頭+豆漿	古早味大滷麵 (雙色蘿蔔、木耳、香 菇、魚羹、蛋)	蘋果	仙草甜湯	√	√	√	√
12	(二)	玉米濃湯	香菇雞肉燴飯 (雙色蘿蔔、雞肉丁 肉、香菇、高麗菜)	蘋果	芋頭西米露	√	√	√	√
13	(三)	銀絲卷+牛奶	什錦炒米粉(洋蔥、高 麗菜、蘿蔔絲、香菇、 肉絲)、冬瓜湯	蘋果	鹹粿湯	√	√	√	√
14	(四)	芙蓉麵線	香菇肉燥飯(香菇、肉 燥)、炒高麗菜、 味噌豆腐湯	蘋果	地瓜綠豆湯	√	√	√	√
15	(五)	蔬菜鹹粥	紅醬義大利麵(紅醬、 豬絞肉、時蔬、香菇)、 瓜仔雞肉湯	蘋果	花生吐司+ 冬瓜茶	√	√	√	√
18	(一)	小餐包+麥茶	古早味炒麵 (紅、白蘿蔔、木耳、肉 絲、蛋、大白菜)	鳳梨	小米粥	√	√	√	√

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
19	(二)	肉包+麥茶	滷肉飯(豆干、蛋)、蒜 香油菜、酸菜大骨湯	鳳梨	檸檬愛玉	√	√	√	√
20	(三)	餛飩湯	糖醋雞丁燴飯(雞肉、 紅白蘿蔔、木耳)	鳳梨	紅豆湯	√	√	√	√
21	(四)	小籠包+豆漿	番茄洋蔥雞蛋湯麵(番 茄、洋蔥、肉絲、小白 菜)	鳳梨	蕎麥番薯 甜湯	√	√	√	√
22	(五)	什錦炒麵	綜合湯泡飯(筍絲、魚 羹、高麗菜、香菇)	鳳梨	仙草蜜	√	√	√	√
25	(一)	黑糖小饅頭+ 牛奶	魚羹麵(魚羹、筍絲、 大白菜)	小玉 西瓜	南瓜玉米粥	√	√	√	√
26	(二)	絲瓜麵線	雞肉絲飯、炒青江菜、 紫菜湯	小玉 西瓜	餐包+ 決明子茶	√	√	√	√
27	(三)	芋頭包+牛奶	什錦炒烏龍(洋蔥、高 麗菜、肉絲、香菇)、 香菇雞湯	小玉 西瓜	菜頭魚丸湯	√	√	√	√
28	(四)	餛飩湯	地瓜稀飯、醬瓜、肉鬆 、豆漿	小玉 西瓜	粉圓甜湯	√	√	√	√
29	(五)	奶油餐包+ 牛奶	雞絲麵羹(木耳、大白 菜、紅白蘿蔔、魚羹)	小玉 西瓜	小湯圓甜湯	√	√	√	√

- ♥ 本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。
- ♥ 每月餐點內容物偶遇季節氣候因數而做滾動式調整。
- ♥ 本園餐點食材盡不食用加工性食品。
- ♥ 本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

