



114學年度第一學期 114年9月1日-30日 台江餐點園地
臺南市私立台江幼兒園



◎餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，但必要時會有適時變動；若有變動，則以當日實物為主！
◎為響應節能減碳愛地球政策，園方安排每週一為無肉蔬食日。豬肉類食品，一律使用國產豬肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
9/1	一	玉米脆片 牛奶	肉燥飯(豬絞肉)、滷油豆腐烏蛋、蒜香大陸妹 豆薯肉絲蛋花湯(豆薯、豬肉絲、雞蛋)	西瓜	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
9/2	二	小白菜 餛飩湯 (小白菜 豬肉餛飩)	什錦炒麵(豬肉絲、紅蘿蔔絲、香菇、高麗菜、青蔥) 大黃瓜魚丸芹菜湯(大黃瓜、虱目魚丸、芹菜)	火龍果	小籠包 (豬絞肉、蔥花) 麥茶	✓	✓	✓	✓
9/3	三	草莓吐司	南瓜飯、五花肉滷皇帝豆、蒜炒青江菜 蔥花煎蛋、蘿蔔紫菜蛋花湯(白蘿蔔、紫菜、雞蛋)	芭樂	關東煮 (黑輪、白蘿蔔 米血)	✓	✓	✓	✓
9/4	四	絲瓜 雞蛋麵線	咖哩雞肉燴飯(洋蔥、毛豆仁、馬鈴薯、紅蘿蔔、雞肉) 大黃瓜鮮菇湯(大黃瓜、杏鮑菇、香菇)	香瓜	玉米鮭魚粥 (玉米、鮭魚)	✓	✓	✓	✓
9/5	五	香煎 蘿蔔糕	白米飯、青椒炒肉絲(青椒、豬肉絲)、螞蟻上樹 (洋蔥、豬絞肉、冬粉、紅蘿蔔、木耳)、洋蔥炒蛋 酸菜豬血湯	香蕉	奶酥麵包	✓	✓	✓	✓
9/8	一	南瓜蛋花 虱目魚粥	古早味油飯(香菇、肉絲、蝦米、毛豆仁) 豆腐海帶芽味噌湯	蕃茄	冬瓜菜燕凍	✓	✓	✓	✓
9/9	二	當歸 雞絲麵	白米飯、黃瓜絲炒豆芽、快炒高麗菜 青椒咕咾肉(青椒、豬肉、鳳梨)、蘿蔔芹菜貢丸湯 (白蘿蔔、芹菜、豬肉貢丸)	芭樂	芋頭饅頭 (芋頭粉、麵粉) 黑豆枸杞茶	✓	✓	✓	✓
9/10	三	粉漿 蔬菜蛋餅 (麵粉、雞蛋 高麗菜 紅蘿蔔)	番茄肉醬義大利麵(洋蔥、杏鮑菇、豬絞肉、花椰菜) 南瓜馬鈴薯濃湯(南瓜、馬鈴薯、雞蛋)	葡萄	冰糖銀耳 蓮子甜湯 (白木耳、蓮子 枸杞、紅棗)	✓	✓	✓	✓
9/11	四	肉絲蔬菜 細麵 (豬肉絲、高 麗菜、細麵)	五穀米飯、香酥排骨(豬肉)、紅蘿蔔炒蛋 蒜炒油菜、紫菜蛋花湯	西瓜	水煮蛋	✓	✓	✓	✓
9/12	五	絲瓜肉絲 香菇粥 (絲瓜、豬肉 絲、香菇)	肉燥飯、滷豆干烏蛋、炒青江菜 什錦酸辣湯(木耳、豆腐、紅蘿蔔、白蘿蔔、豬血)	芭樂	西式蛋糕	✓	✓	✓	✓
9/15	一	什錦 米粉湯 (豬肉、米粉 高麗菜)	中華蛋炒飯(鳳梨、肉絲、鮭魚、雞蛋、紅蘿蔔) 香菇雞湯(香菇、雞肉)	火龍果	廣東粥 (豬絞肉、雞蛋 玉米)	✓	✓	✓	✓
9/16	二	紅豆 薏仁粥	五穀飯、洋蔥豬柳(洋蔥、豬肉)、清炒花椰菜 日式蒸蛋、味噌豆腐湯	香蕉	地瓜饅頭 (地瓜粉、麵粉) 麥香冬瓜茶	✓	✓	✓	✓



114學年度第一學期 114年9月1日-30日 台江餐點園地
臺南市私立台江幼兒園



◎餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，但必要時會有適時變動；若有變動，則以當日實物為主！
◎為響應節能減碳愛地球政策，園方安排每週一為無肉蔬食日。豬肉類食品，一律使用國產豬肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類	
9/17	三	綜合什錦肉羹 (豬肉羹、蛋、紅蘿蔔、香菇)	鍋燒意麵(豬肉絲、高麗菜、火鍋料、菇類、小白菜)	香瓜	馬鈴薯沙拉 (小黃瓜、蛋、紅蘿蔔、馬鈴薯)	✓	✓	✓	✓	
9/18	四	黑糖饅頭 豆漿	白米飯、蘿蔔燒肉(白蘿蔔、豬肉)、青蔥菜脯蛋 (蔥、菜脯、雞蛋)、蒜香大陸妹、四神排骨湯 (茯苓、蓮子、淮山、芡實、豬排骨)	蕃茄	冬瓜露珍珠 仙草蜜	✓	✓	✓	✓	
9/19	五	當歸藥膳 雞絲麵	紫米飯、螞蟻上樹(洋蔥、豬絞肉、冬粉、紅蘿蔔、木耳) 清炒花椰菜、豆干炒榨菜絲、山藥排骨湯 (山藥、豬排骨)	火龍果	藍莓麵包	✓	✓	✓	✓	
9/22	一	玉米脆片 牛奶	猴頭菇肉絲蛋炒飯(洋蔥、豬肉、高麗菜、猴頭菇、雞蛋) 什錦酸辣湯(木耳、豆腐、紅蘿蔔、豬血)	西瓜	高麗菜 什錦粥 (高麗菜、紅蘿蔔、雞蛋)	✓	✓	✓	✓	
9/23	二	翡翠豆腐 肉羹 (豬肉羹、翡翠、豆腐、雞蛋)	五穀飯、滷排骨、小黃瓜炒蛋、雙菇燒豆腐 (杏鮑菇、鴻喜菇、油豆腐)、味噌小白菜豆腐湯	香瓜	小籠包 (豬絞肉、蔥花) 菊花枸杞茶	✓	✓	✓	✓	
9/24	三	金銀蛋粥 (皮蛋、鹹蛋)	日式味噌烏龍麵(肉片、魚丸、雞蛋、海帶芽、青蔥)	芭樂	綠豆番薯湯 (綠豆、地瓜)	✓	✓	✓	✓	
9/25	四	小白菜 餛飩湯 (豬肉餛飩、小白菜)	白米飯、糖醋里肌(洋蔥、豬肉、鳳梨)、茄汁豆包 (蕃茄醬、豆包)、蒜香油菜、鴨肉酸菜湯	香蕉	香菇 玉米濃湯 (香菇、玉米、雞蛋、馬鈴薯)	✓	✓	✓	✓	
9/26	五	香煎 蘿蔔糕	小米飯、南瓜肉燥(南瓜、豬絞肉)、杏鮑菇炒豆干 蒜香油菜、玉米翡翠蛋花湯(玉米、翡翠、雞蛋)	蕃茄	草莓麵包	✓	✓	✓	✓	
9/29	一	教師節補假放假一天					✓	✓	✓	✓
9/30	二	南瓜玉米 濃湯 (南瓜、玉米、雞蛋)	白米飯、蘿蔔滷肉(白蘿蔔、豬肉)、清炒高麗菜 三杯麵腸(麵腸)、絲瓜鮮菇湯(絲瓜、袖珍菇、香菇)	西瓜	黑糖饅頭 (黑糖、麵粉) 桂圓紅棗茶	✓	✓	✓	✓	