

### 東門國小附設幼兒園9月菜單

日期	星期	早點	午餐					午點	
			主食	主菜	副菜一	副菜三	湯		附餐
8月31日	一	慶生蛋糕+麥茶	芝麻飯	芹香豆包絲 芹菜.生木耳.豆包	玉米炒蛋 洗選蛋.玉米粒	炒青菜	高麗鮮菇湯 高麗菜.鮑菇	水果拼盤	
9月1日	二	鮑菇肉末粥 玉米粒.絞肉.青江菜.鮑菇	糙米飯	蜜汁雞丁 骨髓丁.帶骨胸丁.高麗菜.杏鮑菇	白玉鮮燴 白蘿蔔.毛豆.生木耳	炒青菜	冬瓜魚丸湯 冬瓜.魚丸	養樂多 學童奶	
9月2日	三	鍋燒意麵 意麵.肉絲.小白菜.金針菇	炒烏龍+金菇肉絲+炒青菜+番茄蛋花湯 烏龍麵.洋蔥.蔥+金針菇.肉絲+青菜+番茄.洗選蛋.大白菜						水果拼盤
9月3日	四	饅頭夾蔥蛋 饅頭.洗選蛋.蔥	五穀飯	咖哩雞 骨髓丁.馬鈴薯.紅蘿蔔	木須白菜 大白菜.生木耳	炒青菜	田園蔬菜湯 高麗菜.鮑菇.玉米粒	水果拼盤	
9月4日	五	蔬菜炒米苔目 米苔目.肉絲.洋蔥.高麗菜.紅蘿蔔	韓式炸醬飯+蒸檸檬雞翅+炒青菜+三絲湯 豆干丁.洋蔥.毛豆仁.甜麵醬+檸檬雞翅+青菜+筍絲.紅蘿蔔.肉絲					水果	可頌麵包*2+光泉鮮乳
9月7日	一	蘿蔔糕*2	芋頭飯	雙燴麵腸 麵腸.小黃瓜.紅蘿蔔	木須炒蛋 生木耳.洗選蛋.紅蘿蔔.筍絲	炒青菜	白菜豆腐湯 小白菜.豆腐	水果拼盤	
9月8日	二	餛飩湯*3 餛飩.紫菜.小白菜	糙米飯	壽喜燒肉 肉片.洋蔥.豆腐.	黃瓜鮑菇 大黃瓜.生木耳.鮑菇	炒青菜	肉骨茶湯 排骨丁.海帶傑.凍豆腐.肉骨茶包	養樂多 學童奶	
9月9日	三	肉包+紫菜湯 肉包.紫菜	茄汁麵+馬鈴薯肉末+炒青菜+南瓜濃湯 黃麵.蕃茄醬.洋蔥.三色丁+馬鈴薯.絞肉+應青+洋蔥.南瓜.奶水.洗選蛋						水果拼盤
9月10日	四	肉絲燉冬粉 冬粉.肉絲.青菜.木耳	紫米飯	蔥爆雞丁 洋蔥.蔥.骨髓丁.紅蘿蔔	玉米洋芋 玉米粒.紅蘿蔔.洋芋	炒青菜	筍乾肉絲湯 筍干.肉絲	水果拼盤	
9月11日	五	乾拌水餃*5	什錦炒飯+薑絲魚片+炒青菜+蘿蔔柴魚湯 洋蔥.紅蘿蔔.生木耳.青江菜+白旗片+青菜+白蘿蔔.柴魚片					水果	貝果乳酪+光泉鮮乳
9月14日	一	水煮玉米	番薯飯	茄汁油腐 油豆腐.洋蔥.蕃茄醬	涼薯炒蛋 洗選蛋.涼薯	炒青菜	玉米濃湯 玉米粒.奶水.洋蔥.胡蘿蔔	水果拼盤	
9月15日	二	芋頭瘦肉粥 芋頭.肉絲.芹菜.高麗菜	糙米飯	白玉燒肉 白蘿蔔.胡蘿蔔.肉角	花菜燴金菇 青花菜.金針菇	炒青菜	蘿蔔肉絲湯 白蘿蔔.肉絲	養樂多 學童奶	
9月16日	三	黑糖饅頭+光泉豆漿	客家炒板條+照燒肉絲+炒青菜+蔬菜豆腐湯 板條.豆芽菜.胡蘿蔔.韭菜+肉絲.鮑菇.蔥+青菜+板豆腐.高麗菜.紅蘿蔔						水果拼盤
9月17日	四	貢丸湯 貢丸*2.芹菜.白蘿蔔	麥片飯	鮑菇魚丁 鮑菇.魚丁.紅蘿蔔	田園熱炒 花生仁.小黃瓜.紅蘿蔔	炒青菜	冬瓜排骨湯 冬瓜.排骨	水果拼盤	
9月18日	五	關東煮 玉米粒.四方油腐.烏蛋.白蘿蔔	風城炒米粉+蔥燒雞排+炒青菜+玉米鮮菇湯 米粉.芹菜.高麗菜+生鮮雞排.洋蔥.青蔥+青菜+玉米粒.杏鮑菇					水果	草莓吐司*2+光泉鮮乳
9月21日	一	銀絲捲+麥茶	海苔飯	香油手工豆腐	紅蘿蔔炒蛋 紅蘿蔔.雞蛋	炒青菜	油腐粉絲湯 冬粉.油豆腐	水果拼盤	
9月22日	二	廣東粥 雞蛋.絞肉.高麗菜	糙米飯	打拋豬 絞肉.洋蔥.九層塔	筍香豆干 竹筍.大溪黑豆干	炒青菜	黃瓜肉片湯 大黃瓜.肉片	養樂多 學童奶	
9月23日	三	珍珠丸*3	親子丼飯+塔香雞丁+炒青菜+味噌湯 洗選蛋.海苔絲.洋蔥.毛豆仁.大白菜+骨髓丁.九層塔+應青+味噌.豆腐.乾海芽						水果拼盤
9月24日	四	雞絲麵 雞絲麵.小白菜.雞蛋.紅蘿蔔.肉絲	五穀飯	蘿蔔燻肉 白蘿蔔.肉片.紅蘿蔔	海根三絲 海帶絲.紅蘿蔔.白干絲	炒青菜	青菜魚羹湯 小白菜.魚羹	水果拼盤	
9月25日	五	菜包+養生茶 菜包.桂圓.紅棗	日式蒸飯+醬燒豬排+炒青菜+高麗肉絲湯 柴魚片.金針菇.洋蔥.三色丁+醬燒大排+青菜+高麗菜.肉絲					水果	奶酥麵包+光泉鮮乳
9月26日	六	香菇雞湯麵線 骨髓丁.生香菇.白蘿蔔.凍豆腐.麵線	地瓜飯	油腐燒雞 骨髓丁.油豆腐.洋蔥	螞蟻上樹 冬粉.生木耳.高麗菜.絞肉	炒青菜	絲瓜鮑菇湯 絲瓜.鮑菇	奶酪脆片	
9月28日	一	小兔包*2+冬瓜茶	芝麻飯	海芽蒸蛋 乾海芽.洗選蛋	酸菜麵腸 酸菜.麵腸	炒青菜	胡瓜金菇湯 胡瓜.金針菇	水果拼盤	
9月29日	二	台式鹹粥 絞肉.高麗菜.筍絲	紫米飯	糖醋肉 肉片.洋蔥.小黃瓜	花菜鮑菇 青花菜.鮑菇.紅蘿蔔	炒青菜	玉米大骨湯 玉米粒.大骨	養樂多 學童奶	
9月30日	三	湯包*3	中華炒飯+沙茶肉片+炒青菜+四寶湯 三色丁.生香菇.洗選蛋+肉片.高麗菜.素食沙茶醬+應青+黃豆芽.凍豆腐.紅蘿蔔.鮑菇						水果拼盤