

113 年第 1 學期 8 月份餐點表

日期	早點	食材	中餐	食材	點心	食材	托嬰
星期四 8/01	紅豆吐司 鮮奶	高筋麵粉 20g 雞蛋 50g 牛奶 10g 無鹽奶油 0.5g 紅豆餡 14g 鮮奶 100 毫升	白飯 土豆炒豬 柳 茄子肉末 燴豆腐 營養青菜 冬瓜文蛤 湯 水果	白米 40g 馬鈴薯 10g 豬肉絲 20g 茄子 20g 豬絞肉 6g 板豆腐 10g 營養青菜 30g 冬瓜 10g 文蛤 6g 時令水果 60g	芋頭甜湯	芋頭 15g	冬瓜文蛤 粥
食材	白米 15 公斤. 馬鈴薯 5 公斤. 豬肉絲 10 公斤. 茄子 10 公斤. 豬絞肉 3 公斤. 板豆腐 2 板. 營養青菜 15 公斤. 冬瓜 5 公斤. 文蛤 3 公斤. 時令水果 30 公斤. 芋頭 5 公斤						
星期五 8/02	芋頭饅頭 豆漿	中筋麵粉 13g 芋頭 2g 黃豆 50g	洋蔥鮭魚 炒飯 德國香腸 薏仁排骨 湯	白飯 40g 洋蔥 10g 鮭魚 20g 當季青菜 30g 薏仁 10g 排骨 10g 德國香腸 10g	營養牛奶 餅乾	營養牛奶 餅乾	鮭魚粥
食材	白飯 15 公斤. 洋蔥 5 公斤. 鮭魚 10 公斤. 當季青菜 15 公斤. 薏仁 1 公斤. 排骨 5 公斤. 德國香腸 5 公斤						

☛(餐點 1)

日期	早點	食材	中餐	食材	點心	食材	托嬰
星期一 8/05	三角饅頭 米豆漿	黑糖 2g 麵粉 15g 米 7g 花生 12g 黃豆 50g	海鮮鍋燒 麵 香腸 時令水果	鍋燒麵 40g 旗魚 35g 豬肉絲 35g 透抽 20g 高麗菜 30g 紅蘿蔔 6g 魚板 6g 雞蛋 16g 香腸 30g 時令水果 60g	綠豆湯	綠豆 14g	紅蘿蔔大 骨粥
食材	鍋燒麵 100 個. 旗魚 25 公斤. 豬肉絲 25 公斤. 透抽 10 公斤. 高麗菜 15 公斤. 紅蘿蔔 3 公斤. 魚板 3 公斤. 雞蛋 100 粒. 香腸 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 綠豆 7 公斤						
星期二 8/06	小餐包 豆漿 100	麵粉 25g 無鹽奶油	白飯/半碗 節瓜煎蛋	白米 40g 雞蛋 25g	地瓜湯	地瓜 20g	地瓜粥

	毫升	2.5g 鮮奶 10g 黃豆 50g	四季豆炒 蘑菇雞丁 營養青菜 味噌豆腐 湯 時令水果	節瓜 20g 四季豆 6g 蘑菇 6g 雞肉 30g 豆腐 12g 當季青菜 30g 時令水果 60g			
食材	米 15 公斤. 雞蛋 150 粒. 四季豆 3 公斤. 雞肉 15 公斤. 豆腐 2 板. 季節青菜 15 公斤. 時令水果 30 公斤. 地瓜 10 公斤. 蘑菇 2 公斤. 節瓜 5 公斤						
星期三 8/07	羅宋麵包 豆漿	高筋麵粉 25g 低筋麵粉 9g 牛奶 10g 全蛋 4g 奶粉 1.2g 無鹽奶油 3g 黃豆 50g	番茄義大利麵 玉米濃湯 時令水果	義大利麵 40g 絞肉 20g 蘑菇 20g 玉米粒 10g 洋蔥 20g 雞蛋 16g 時令水果 60g	東港肉棵	蘿蔔糕 40g 芹菜 2g 絞肉 3g	蔬菜粥
食材	義大利麵 20 包. 絞肉 20 公斤. 蘑菇 10 公斤. 玉米粒 5 公斤. 洋蔥 10 公斤. 雞蛋 100 粒. 蘿蔔糕 20 公斤. 芹菜 2 公斤. 時令水果 30 公斤. 高麗菜 2 公斤						
星期四 8/08	芝麻麵包 豆漿 100 毫升	高筋麵粉 20g 黑芝麻 5g 鮮奶 10g 奶油 2.5g 黃豆 50g	五穀飯/半 碗 玉米豬豬 紅燒魚 營養青菜 海帶結排 骨湯 時令水果	白米 30g 五穀米 10g 玉米 20g 豬絞肉 20g 當季青菜 30g 紅燒魚 50g 板豆腐 4g 海帶結 10g 時令水果 60g	仙草蜜	仙草 20g	排骨粥
食材	白米 10 公斤. 五穀米 5 公斤. 玉米 10 公斤. 豬絞肉 10 公斤. 當季青菜 15 公斤. 紅燒魚 25 公斤. 時令水果 30 公斤. 仙草 10 公斤. 海帶結 5 公斤. 排骨 5 公斤						
星期五 8/09	喜瑞兒 鮮奶 1/24 幼兒 園、托嬰 中心大掃 除停托	喜瑞兒 12g 鮮奶 100 毫升	什錦炒飯/ 半碗 韭菜甜不 辣 香菇鳳梨 雞湯 時令水果	白米 40g 紅蘿蔔 10g 白蘿蔔 10g 青豆仁 10g 豬肉絲 20g 蝦仁 10g 雞肉 10g 香菇 5g 鳳梨 10g 韭菜 5g 甜不辣 10g 時令水果 60g	飛機餅乾	飛機餅乾	南瓜粥

食材	白米 15 公斤. 紅蘿蔔 5 公斤. 白蘿蔔 5 公斤. 青豆仁 5 公斤. 豬肉絲 10 公斤. 蝦仁 5 公斤. 海帶結 5 公斤. 魚漿捲 10 公斤. 時令水果 30 公斤. 南瓜 1 公斤. 喜瑞兒 5 盒. 韭菜 5 公斤. 甜不辣 10 公斤
----	---

☛(餐點 2)

日期	早點	食材	中餐	食材	點心	食材	托嬰
星期一 8/12	蛋餅 豆漿 100 毫升	麵粉 20g 雞蛋 16g 蔥 2g 黃豆 50g	炸醬麵 熱狗 青菜豆腐 雞蛋湯 時令水果	麵 40g 豬絞肉 40g 豆干 10g 菜豆 10g 時令水果 60g 小白菜 10g 熱狗 10g 雞蛋 5g 豆腐 10g	肉羹湯	肉羹 14g 黑木耳 5g 豬肉絲 5g 紅蘿蔔 2g 魚丸片 6g 筍絲 6g	瘦肉粥
食材	麵條 25 公斤. 豬絞肉 20 公斤. 豆干 5 公斤. 菜豆 5 公斤. 薏仁 6 公斤. 豆枝 1 公斤. 熱狗 10 公斤. 小白菜 5 公斤. 豆腐 1 板. 雞蛋 50 粒. 肉羹 5 公斤. 黑木耳 1 公斤. 紅蘿蔔 1 公斤. 魚丸片 2 公斤. 筍絲 3 公斤						
星期二 8/13	香鬆粥 蔥花蛋	白飯 25g 雞蛋 44g 蔥 2g 香鬆 18g	高麗菜豬 肉水餃 玉米豬肉 水餃 韭菜豬肉 水餃 大黃瓜文 蛤湯 時令水果	水餃 40g 大黃瓜 10g 文蛤 6g 時令水果 60g	手工豆花	黃豆 50g	紅蘿蔔碎 肉粥
食材	米 3 公斤. 雞蛋 150 粒. 蔥 1 公斤. 水餃 1300 粒. 大黃瓜 5 公斤. 文蛤 3 公斤. 紅蘿蔔 1 公斤. 碎肉 1 公斤. 時令水果 30 公斤. 香鬆 5 公斤						
星期三 8/14	奶酥吐司 豆漿	高筋麵粉 20g 牛奶 10g 奶粉 2.5g 鹹奶油 1.5g 無鹽奶油 3g 雞蛋 12.5 黃豆 50g	白飯. 糙米 /半碗 清蒸魚 番茄肉末 燒豆腐 營養青菜 鮮菇雞絲 湯 時令水果	白米 40g 魚 40g 番茄 20g 絞豬肉 10g 板豆腐 12g 冬粉 6g 當季青菜 20g 時令水果 60g 香菇 2g 雞肉 10g	紫米紅豆 粥	紫米 20g 紅豆 20g	魚片蔬菜 粥
食材	白米 10 公斤. 糙米 5 公斤. 旗魚 20 公斤. 番茄 10 公斤. 絞豬肉 5 公斤. 板豆腐 3 板. 冬粉 3 公斤. 當季青菜 10 公斤. 雞肉 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 袖珍菇 3 公斤. 金針菇 3 公斤.						
星期四 8/15	芋頭吐司 鮮奶	高筋麵粉 20g 牛奶 10g 奶粉 5g 鹹	五穀飯/半 碗 白菜豆腐 粉絲煲	五穀米 10g 白米 30g 白菜 17g 粉絲 6g	愛玉仙草 雙拼	愛玉 4g 仙草 4g	冬瓜排骨 粥

		奶油 1.5g 芋頭 10g 雞蛋 12.5 鮮奶 100 毫升	梅干扣肉 營養青菜 冬瓜排骨 湯 時令水果	梅干菜 6g 豬肉 40g 冬瓜 10g 排骨 10g 豆包 10g 時令水果 60g 當季青菜 30g			
食材	五穀米 5 公斤. 白米 10 公斤. 梅干菜 3 公斤. 豬肉 20 公斤. 冬瓜 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 當季青菜 15 公斤. 愛玉 2 公斤. 仙草 2 公斤. 排骨 5 公斤. 白菜 5 公斤. 粉絲 3 公斤. 豆包 5 公斤						
星期五 8/16	蔥油餅 豆漿 100 毫升	蔥油餅 26g 黃豆 50g	白飯/半碗 雞肉燴飯 海帶芽蛋 花湯 時令水果	白米 40g 雞肉 40g 高麗菜 20g 洋蔥 20g 紅蘿蔔 20g 海帶芽 2g 雞蛋 9g 時令水果 60g	捲心餅	捲心餅 30g	雞肉蔬菜 粥
食材	白米 15 公斤. 雞肉 20 公斤. 馬鈴薯 10 公斤. 紅蘿蔔 10 公斤. 海帶芽 1 公斤. 雞蛋 50 粒. 豬肉 1 公斤時令水果 30 公斤. 高麗菜 5 公斤. 洋蔥 1 公斤						

☛(餐點 3)

日期	早點	食材	中餐	食材	點心	食材	托嬰
星期一 8/19	鍋貼 豆漿 100 毫升	鍋貼 30g 黃豆 50g	什錦湯麵 醬燒豆包 時令水果	麵條 40g 高麗菜 10g 豬絞肉 10g 豆芽菜 10g 紅蘿蔔 4g 芹菜 2g 蟹肉棒 6g 蝦仁 6g 非油炸豆 包 10g 時令水果 60g	養生蒸地 瓜	地瓜	什錦粥
食材	米粉 10 公斤. 高麗菜 5 公斤. 豬絞肉 10 公斤. 豆芽菜 10 公斤. 紅蘿蔔 2 公斤. 芹菜 1 公斤 蟹肉棒 3 公斤. 蝦仁 3 公斤. 非油炸豆包 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 紫米 3 公斤. 紅豆 3 公 斤 地瓜 10 公斤.						
星期二 8/20	椰子麵包 豆漿	高筋麵粉 20g 低筋麵粉 6g 奶粉 1.5g 奶油 1g 雞蛋 50g	地瓜飯/半 碗 和風魚片 洋蔥紅蘿 蔔炒蛋 營養青菜 山藥排骨	地瓜 20g 白米 40g 營養青菜 40g 旗魚 40g 雞蛋 17g 洋蔥 10g	愛玉檸檬 甜湯	愛玉 20g	山藥排骨 粥

		鮮奶 3.2g 無鹽奶油 3g 椰子粉 5g 鮮奶 7.5g 黃豆 50g	湯 時令水果	紅蘿蔔 4g 山藥 10g 排骨 12g 時令水果 60g			
食材	白米 15 公斤. 營養青菜 20 公斤. 旗魚 20 公斤. 雞蛋 100 粒. 山藥 5 公斤. 排骨 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 地瓜 3 公斤. 洋蔥 5 公斤. 紅蘿蔔 1 公斤. 愛玉 5 公斤. 檸檬 1 公斤						
星期三 8/21	鮮奶麵包 豆漿 100 毫升	高筋麵粉 10g 鮮奶油 3g 雞蛋 50g 牛奶 10g 奶粉 2.5g 12.5g 黃豆 50g	白飯. 燕麥 / 半碗 洋蔥木耳 炒肉絲 蒜泥豬肉片 營養青菜 腐皮菇菇湯 時令水果	白米 20g 五穀米 20g 洋蔥 20g 黑木耳 6g 豬肉絲 10g 紅蘿蔔 20g 豬肉片 30g 營養青菜 40g 金針菇 10g 腐皮 3g 時令水果 60g	八寶粥	大豆 2g 紅豆 2g 花豆 2g 糯米 2g 紫米 2g 龍眼乾 2g	腐皮碎豬肉粥
食材	白米 10 公斤. 燕麥 5 公斤. 洋蔥 10 公斤. 黑木耳 3 公斤. 豬肉絲 5 公斤. 紅蘿蔔 10 公斤. 豬肉片 15 公斤. 營養青菜 20 公斤. 金針菇 5 公斤. 腐皮 1 公斤. 時令水果 30 公斤. 豬絞肉 1 公斤. 大豆 1 公斤. 紅豆 1 公斤. 花豆 1 公斤. 糯米 2 公斤. 紫米 2 公斤. 龍眼乾 200g						
星期四 8/22	紅豆吐司 鮮奶	高筋麵粉 20g 雞蛋 50g 牛奶 10g 無鹽奶油 0.5g 紅豆餡 14g 鮮奶 100 毫升	肉燥飯/半碗 滷蛋 魚鬆 蘿蔔魚丸片湯 時令水果	白米 40g 滷蛋 25g 豬絞肉 40g 魚鬆 10g 海芽 10g 時令水果 60g	綠豆湯	綠豆 14g	蔬菜粥
食材	白米 15 公斤. 滷蛋 200 粒. 豬絞肉 20 公斤. 魚鬆 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 綠豆 5 公斤. 魚丸 1 公斤. 蘿蔔 5 公斤						
星期五 8/23	芋頭饅頭 豆漿 100 毫升	芋頭泥 20g 中筋麵粉 10g 黃豆 50g	客家炒飯 條 醬燒海帶 麵輪 木耳魚片湯 時令水果	飯條 40g 豆芽菜 20g 高麗菜 10g 豬肉絲 30g 紅蘿蔔 6g 蝦米 黑木耳 4g 魚片 20g 麵輪 20g 海帶 10g 時令水果 60g	全麥蘇打餅乾	全麥蘇打餅乾 20g	木耳魚片粥
食材	飯條 20 公斤. 豆芽菜 10 公斤. 高麗菜 5 公斤. 豬肉絲 15 公斤. 紅蘿蔔 3 公斤. 蝦米 10g. 黑木耳 2 公斤. 魚片 10 公斤. 豆包 10 公斤. 時令水果 30 公斤. 海帶結 5 公斤						

☛(餐點 4)

日期	早點	食材	中餐	食材	點心	食材	托嬰
星期一 8/26	黑糖饅頭 豆漿 100 毫升	中筋麵粉 20g 黑糖 18g 黃豆 50g	日式烏龍 麵 優質雞塊 時令水果	烏龍麵 40g 豬肉片 40g 紅蘿蔔 10g 雞蛋 8g 魚板 6g 文蛤 10g 香菇 2g 當季青菜 20g 優質雞塊 10g 時令水果 60g	玉米濃湯	玉米粒 2g 雞蛋 5g	香菇蔬菜 豬肉粥
食材	烏龍麵 20 公斤. 豬肉片 20 公斤. 紅蘿蔔 5 公斤. 雞蛋 50 顆. 蟹棒 3 公斤. 魚板 3 公斤. 文蛤 5 公斤. 香菇 1 公斤. 當季青菜 10 公斤. 優質雞塊 10 公斤. 時令水果 30 公斤. 玉米粒 5 公斤. 雞蛋 50 粒						
星期二 8/27	黑芝麻吐 司 豆漿	高筋麵粉 15g 動物性鮮 奶 0.5g 鮮奶 1g 無鹽奶油 0.5g 雞蛋 6g 黃豆 50g 黑芝麻 5g	糙米飯/半 碗 照燒旗魚 魷魚芹菜 炒豆干 當季青菜 金針排骨 湯 時令水果	白米 30g 糙米 10g 當季青菜 40g 旗魚 40g 金針花 2g 排骨 10g 時令水果 60g 魷魚 5g 芹菜 5g 豆干 5g	綠豆薏仁 湯	綠豆 10g 薏仁 4g	排骨粥
食材	白米 10 公斤. 糙米 5 公斤. 當季青菜 10 公斤. 旗魚 20 公斤. 金針花 1 公斤. 排骨 5 公斤. 時令水果 30 公斤. 雞胸肉 5 公斤. 玉米 3 公斤. 魚鬆 5 公斤. 紅豆 5 公斤. 糯米 2 公斤. 魷魚 5 公斤. 芹菜 5 公斤. 豆干 5 公斤						
星期三 8/28	鮮奶吐 司 豆漿	高筋麵粉 15g 動物性鮮 奶 0.5g 鮮奶 1g 無鹽奶油 0.5g 雞蛋 6g 黃豆 50g	五穀飯/半 碗 洋蔥碎肉 炒蛋 蘿蔔滷棒 棒腿 當季青菜 皇帝豆貢 丸片湯 時令水果	白米 30g 五穀米 10g 當季青菜 40g 洋蔥 20g 豬絞肉 20g 雞蛋 16g 皇帝豆 10g 貢丸 4g 棒棒腿 20g 時令水果 60g 蘿蔔 10g	南瓜甜湯	南瓜 20g	南瓜粥
食材	白米 10 公斤. 五穀米 5 公斤. 地瓜葉 20 公斤. 洋蔥 10 公斤. 豬絞肉 10 公斤. 雞蛋 100 個. 皇帝豆 5 公斤. 貢還戴牙丸 2 公斤. 時令水果 30 公斤. 南瓜 10 公斤. 棒棒腿 220 支. 白蘿蔔						

	5 公斤						
星期四 8/29	肉鬆麵包 鮮奶	高筋麵粉 20g 低筋麵粉 4g 雞蛋 6g 鮮奶 19g 無鹽奶油 4g 肉鬆 5g 鮮奶 100 毫升	海鮮粥 小熱狗 營養青菜 時令水果	白米 40g 蝦仁 4g 文蛤 4g 蚵子 4g 透抽 4g 豬絞肉 10g 青蔥 1g 魚丸片 4g 旗魚片 10g 營養青菜 30g 時令水果 60g 小熱狗 10 g	蒸甜玉米	玉米 20g	海鮮粥
食材	白米 8 公斤. 蝦仁 2 公斤. 文蛤 2 公斤. 蚵子 2 公斤. 透抽 2 公斤. 豬絞肉 5 公斤. 青蔥 300 克 魚丸片 2 公斤. 旗魚片 5 公斤. 營養青菜 15 公斤. 時令水果 30 公斤. 小熱狗 10 公斤. 玉米 15 公斤						
星期五 8/30	肉包 豆漿 100 毫升	豬絞肉 25g 中筋麵粉 25g 黃豆 50g	白飯/半碗 什錦海鮮 湯 魚漿捲 時令水果	白米 40g 6g 10g 紅蘿蔔 6g 豬肉絲 10g 魚漿捲 25g 高麗菜 25 g 花枝 15g 旗魚 25g 魚丸 10g 時令水果 60g	蔬菜餅乾	蔬菜餅乾	香菇滑蛋 粥
食材	白米 15 公斤. 翡翠 3 公斤. 鮑菇丁 5 公斤. 紅蘿蔔 3 公斤. 豬肉絲 5 公斤. 魚漿捲 3 公斤. 時令水果 30 公斤. 高麗菜 10 公斤. 旗魚 10 公斤. 花枝 5 公斤. 魚丸 3 公斤						

*餐點內容會依蔬菜時令及節慶，可能做更改菜單，謝謝。

*每日食材皆當日烹煮與採購，確保幼兒食用上之安全性。

*園所一律使用國產豬及食材。



