

# 財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園 8月菜單



廚工：陳傳國

日期	週	早點心			午餐						午點心	
		主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果	主食	副食
8/3	一	鮮肉包	米漿		瓜仔肉	香腸	紅燒豆腐	青菜	海帶芽湯	水果	甜八寶粥	
8/4	二	蘿蔔糕	無糖豆漿		水餃	糖醋豆包	魚香三色	青菜	白菜肉絲湯	水果	肉羹麵線	
8/5	三	蛋餅	鮮奶		梅干滷肉	絲瓜麵線	紅蘿蔔炒蛋	青菜	榨菜三絲湯	水果	小蛋糕	麥茶(無糖)
8/6	四	地瓜粥	香菇麵筋	青菜	紅燒肉排	蔬菜咖哩	醬爆干丁	青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	奶香玉米	仙草蜜
8/7	五	全麥饅頭	米漿		肉絲炒麵	香料烤雞腿	青菜1	青菜2	酸菜豬血湯	水果	油飯	蛋花湯
8/10	一	鍋貼	無糖豆漿		清蒸魚	蕃茄炒蛋	吻魚海芽	青菜	味噌豆腐湯	水果	豆沙包	玉米濃湯
8/11	二	菇菇蔬菜粥	滷油豆腐	青菜	夏威夷炒飯	脆瓜玉米	蔬香豆干	青菜	青菜蛋花湯	水果	甜甜圈 <small>無糖粉</small>	愛玉甜湯
8/12	三	奶黃包	無糖豆漿		養生飯+京醬燒肉	季豆香胛	沙茶冬粉	青菜	玉米雞湯	水果	餡餅	營養麥片
8/13	四	抓餅	米漿		香烤雞腿	玉米肉茸	瓜仔肉	青菜	朴菜筍片湯	水果	小銀絲卷	冬瓜茶
8/14	五	漢堡	無糖豆漿		台式炒麵	薑絲蒸魚	龍鳳腿	青菜	冬瓜貢丸湯	水果	綠豆粉粿米苔目	
8/17	一	蛋餅	無糖豆漿		照燒滷肉	醬燒甜不辣	小瓜肉絲	青菜	雙色蘿蔔湯	水果	白珍珠	味噌豆腐湯
8/18	二	蔬菜蛋吐司	牛奶		清蒸魚	紹子豆腐	葡香南瓜	青菜	鮮瓜雞湯	水果	魚丸細粉湯	
8/19	三	銀魚翡翠粥	肉鬆	青菜	雞柳炒烏龍麵	青椒肉絲	枸杞蒸蛋	青菜	紫菜蛋花湯	水果	黑糖捲	地瓜QQ
8/20	四	高麗菜包	米漿		蔥爆肉片	三杯刈薯杏菇	塔香茄子	青菜	冬菜粉絲湯	水果	鹹蘿蔔糕湯	
8/21	五	薯泥大亨堡	無糖豆漿		油蔥雞絲飯	鮮菇玉米	黃金薯條	青菜	蔬菜豆腐湯	水果	鮮肉包	紅豆湯
8/24	一	河粉蛋餅	無糖豆漿		瓜仔肉排	咖哩洋芋	枸杞花椰	青菜	四神湯	水果	烤地瓜	鳳梨西米露
8/25	二	法式吐司	牛奶		蜜汁烤雞腿	蟹絲大瓜	螞蟻上樹	青菜	白菜蕃茄湯	水果	蔥油餅	綠豆湯
8/26	三	蒸餃	米漿		養生飯+朴菜滷肉	花生麵筋	扁蒲魚丸	青菜	豆芽海芽湯	水果	茶葉蛋	枸杞紅棗茶(不加糖)
8/27	四	竹筍肉末粥	蔬菜煎蛋	青菜	紅燒雞肉	紅蘿蔔炒蛋	京醬豆腸	青菜	朴菜筍絲湯	水果	客家板條湯	
8/28	五	蘿蔔糕	無糖豆漿		台式炒米粉	清蒸魚片	香酥雞捲	青菜	銀蘿貢丸湯	水果	賽門甜不辣	紫米露
8/31	一	起司蛋餅	無糖豆漿		木耳燒肉	魚香豆腐	白花蝦球	青菜	玉米濃湯	水果	綠豆小米QQ湯	