

財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園 109年09月菜單



廚工：陳傳國

		早點心			午餐						午點心	
日期	週	主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯		主食	副食
9/1	二	花生吐司	鮮奶		香滷雞腿	花瓜彩菇	蘿蔔麵輪	青菜	味噌豆腐湯	水果	餛飩麵湯	
9/2	三	蔥抓餅	無糖豆漿		養生飯+花枝排	老蛋燒	青花菇菇	青菜	薑絲冬瓜湯	水果	小蛋糕	麥茶(無糖)
9/3	四	刈包夾蛋	米漿		肉絲炒飯	三杯素肚	肉醬洋芋	青菜	竹筍大骨湯	水果	鹹蘿蔔糕湯	
9/4	五	糙米粥	蔥炒蛋	青菜	水餃	蕃茄玉菜	豆薯培根	青菜	蘿蔔湯	水果	壽司	味噌湯
9/7	一	小籠包	無糖豆漿		蔥爆肉絲	什錦炒蛋	毛豆干丁	青菜	白菜粉絲湯	水果	關東煮	
9/8	二	蛋餅	牛奶		養生飯+蒸魚片	培根三色	沙茶寬粉	青菜	紫菜蛋花湯	水果	甜甜圈(無糖粉)	小米綠豆湯
9/9	三	南瓜豬肉粥	紅燒麵輪	青菜	義大利肉醬麵	枸杞蒸蛋	照燒甜不辣條	青菜	三絲湯	水果	芝麻包	冬瓜QQ
9/10	四	豬肉餡餅	米漿		香菇燉雞	白菜滷	葡香地瓜	青菜	蘿蔔素絲湯	水果	客家粿仔條	
9/11	五	漢堡	無糖豆漿		芝麻煎肉排	滷蛋	木須鳳梨	青菜	洋芋肉茸湯	水果	水煮玉米	椰漿西米露
9/14	一	蔥抓餅	米漿		梅干滷肉	青花鮑菇	滷味	青菜	紫菜丸片湯	水果	紅豆紫米粥	
9/15	二	蔬菜炒麵	菜脯蛋	青菜	蔥爆豬柳	胡瓜蝦球	玉米雞茸	青菜	香菇雞湯	水果	高麗菜包	花豆麥片
9/16	三	芝麻包	牛奶		茄汁燴雞柳	糖醋百頁	小瓜彩椒	青菜	青菜蛋花湯	水果	鹹米苔目湯	
9/17	四	草莓吐司	無糖豆漿		香煎肉排	咖哩花椰	蕃茄油腐	青菜	朴菜粉絲湯	水果	水煎包	珍珠甜湯
9/18	五	河粉蛋餅	米漿		養生飯+薑燒豬肉	木須綠瓜	金菇海芽	青菜	玉米豆腐湯	水果	日式拉麵	
9/21	一	蛋餅	無糖豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	朴菜筍干	青菜	蔬菜海味湯	水果	小肉包	仙草蜜
9/22	二	黑糖饅頭	米漿		南瓜燒肉	香滷海帶	毛豆干丁	青菜	玉米蛋花湯	水果	味噌烏龍麵	
9/23	三	(草莓)大亨堡	牛奶		芝麻雞腿	女婿蛋	黃瓜香菇	青菜	酸菜豬血湯	水果	烤地瓜	綠豆QQ
9/24	四	芙蓉鮮菇粥	肉鬆	青菜	香煎魚	螞蟻上樹	滷白菜	青菜	紫菜豆腐湯	水果	蔥油派	銀耳甜湯
9/25	五	鍋貼	無糖豆漿		蔥爆雞肉	紅棗番薯	白花熱狗	青菜	冬瓜排骨湯	水果	黑糖捲	麥片甜湯
9/26	六	法國吐司	米漿		紅燒肉排	番茄炒蛋	咖哩洋芋	青菜	蘿蔔脆丸湯	水果	紫米珍珠丸	愛玉甜湯
9/28	一	鮮肉包	米漿		瓜仔肉	香腸	紅燒豆腐	青菜	海帶芽湯	水果	肉羹麵線	
9/29	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	油飯	蛋花湯
9/30	三	蛋餅	牛奶		梅干滷肉	絲瓜麵線	紅蘿蔔炒蛋	青菜	榨菜三絲湯	水果	甜八寶粥	