

2026 臺南市私立至美幼兒園 9 月份營養餐點表 本園採用國產豬肉



| 日期       | 早點<br>(8:30) | 午 餐<br>(11:20)                              | 午點<br>(15:00) |
|----------|--------------|---------------------------------------------|---------------|
| 09/01(二) | 什錦湯麵         | 火腿肉絲蛋炒飯〈肉絲, 火腿, 雞蛋, 山東白菜, 香菇〉<br>蘿蔔貢丸湯      | 雞蛋糕<br>麥茶     |
| 09/02(三) | 吐司牛奶         | 麻醬涼麵〈小黃瓜, 紅蘿蔔, 玉米粒, 麻醬, 油麵〉海帶芽湯             | 浮水魚羹          |
| 09/03(四) | 玉米濃湯         | 營養午餐 〈肉燥, 花生, 紅蘿蔔, 滷蛋, 白菜炒粉絲, 白飯〉<br>黃瓜魚丸湯  | 綠豆薏仁          |
| 09/04(五) | 牛奶饅頭<br>阿華田  | 水餃〈豬肉、高麗菜、韭菜水餃, 滷菜〉酸辣湯                      | 關東煮           |
| 09/07(一) | 鮮魚鹹粥         | 打拋豬飯〈絞肉, 洋蔥, 蕃茄, 九層塔, 魚露, 檸檬汁, 時蔬〉<br>紫菜蛋花湯 | 茶葉蛋<br>決明茶    |
| 09/8(二)  | 蔬菜意麵         | 雞肉咖哩燴飯〈雞肉, 洋蔥, 甜咖哩, 馬鈴薯, 鮮菇, 紅蘿蔔〉           | 紅豆麥片          |
| 09/9(三)  | 夾蛋吐司牛奶       | 什錦炒麵 〈肉絲, 木耳, 香菇, 紅蘿蔔, 洋蔥, 山東白菜〉<br>海帶芽蛋花湯  | 蔬菜蘿蔔糕         |
| 09/10(四) | 滑蛋肉絲麵線       | 營養午餐〈絞肉, 豆干丁, 香腸, 洋蔥炒蛋, 白飯〉 蘿蔔魚丸湯           | 粉圓粉角          |
| 09/11(五) | 黑糖饅頭牛奶       | 鍋燒意麵〈肉片, 火鍋料, 雞蛋, 山東白菜, 意麵〉                 | 白菜餛飩湯         |
| 09/14(一) | 雞茸玉米粥        | 蔬菜湯麵〈肉片, 白蘿蔔, 木耳, 火鍋料, 紅蘿蔔, 雞蛋, 麵〉          | 菠蘿冬瓜茶         |
| 09/15(二) | 香菇麵線         | 雞肉咖哩燴飯〈雞丁, 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 洋蔥, 白飯〉                | 什錦湯麵          |
| 09/16(三) | 果醬吐司牛奶       | 營養午餐〈肉燥, 海帶結, 紅蘿蔔, 肉捲, 炒時蔬〉 鮮菇湯             | 粉圓粉角          |
| 09/17(四) | 滑蛋香菇麵        | 鍋燒意麵〈肉片, 葷火鍋料, 雞蛋, 山東白菜〉                    | 雞蛋糕奶茶         |
| 09/18(五) | 地瓜粥肉鬆        | 番茄蛋炒飯〈肉絲, 洋蔥, 番茄, 雞蛋, 三色豆, 白飯〉豆腐味噌湯         | 玉米濃湯          |
| 09/21(一) | 絲瓜麵線         | 香菇肉羹燴飯〈肉絲, 肉羹, 大白菜, 木耳, 香菇, 紅蘿蔔〉            | 沙琪瑪<br>麥茶     |
| 09/22(二) | 小肉包奶茶        | 客家板條湯〈肉絲, 粿仔條, 紅蘿蔔, 豆芽菜, 香菇〉                | 蔬菜湯餃          |
| 09/26(三) | 翡翠豆腐<br>雞蛋羹  | 營養午餐〈紅燒甜不辣, 蔥蛋, 季節蔬菜〉 冬瓜肉絲湯                 | 綠豆麥片          |
| 09/24(四) | 葡萄乾吐司<br>牛奶  | 榨菜肉絲湯麵〈麵條, 榨菜絲, 肉絲, 香菇, 黑木, 高麗菜, 紅蘿蔔〉       | 蔬菜粥           |
| 09/29(二) | 南瓜香菇粥        | 鳳梨炒飯〈鳳梨, 山東白菜, 雞蛋, 肉絲〉 紫菜蛋花湯                | 豆花            |
| 09/30(三) | 枸杞蛋麵線        | 鮪魚炒飯〈鮪魚, 三色豆, 肉絲, 雞蛋〉 魚丸湯                   | 地瓜綠豆湯         |

1. 每日供應餐點均當日現製，烹調方式為確保孩童健康，採少油、少鹽、少糖料理。
2. 選購餐後水果，當季蘋果、香蕉、西瓜、芭樂、鳳梨、小番茄輪流替換。