

臺南市南區喜樹國民小學附設幼兒園 109 學年度第一學期 巡迴菜單

| 週次 | 星期 | 早點 | 午餐 | | | | | 湯 | 午點 |
|--------------------------|----|------------|-------------------------------------|------------------|------------------|---------------|-----|--------------------|-------|
| | | | 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 副菜三 | | |
| <1>8/31 10/12 11/23 1/4 | 一 | 優酪乳+小肉包 | 香椿蔬菜炒飯〈素〉 (米飯、豆皮、雞蛋、高麗菜) | | | | 葡萄 | 紫菜湯 (紫菜、龍骨) | 大腸包小腸 |
| 9/01 10/13 11/24 1/5 | 二 | 蘿蔔糕 | 咖哩燴麵 (雞胸肉、綠花椰菜、甜咖哩、關廟麵) | | | | 香蕉 | 味噌海帶芽湯 (海帶芽、龍骨) | 粉圓湯 |
| 9/02 10/14 11/25 1/6 | 三 | 無糖豆漿+瑞士捲蛋糕 | 五穀飯 (五穀米) | 滷小雞腿 (雞腿) | 滷菜 (豆干、海帶) | 炒花椰菜 (花椰菜) | 鳳梨 | 蜆仔湯 (蜆仔) | 馬鈴薯泥 |
| 9/03 10/15 11/26 1/7 | 四 | 水果-蘋果、香蕉 | 高麗菜肉絲炒飯 (肉絲、雞蛋、紅蘿蔔、高麗菜、米飯) | | | | | 高麗菜豆腐湯 (高麗菜、豆腐) | 豆沙包 |
| 9/04 10/16 11/27 1/8 | 五 | 鮮奶+玉米脆片 | 米飯 (米) | 清蒸虱目魚肚 (虱目魚肚) | 洋蔥炒蛋 (洋蔥、雞蛋) | 炒油菜 (油菜) | 蓮霧 | 大頭菜龍骨湯 (大頭菜、龍骨) | 奶酥麵包 |
| <2>9/7 10/19 11/30 1/11 | 一 | 無糖豆漿+小銀絲卷 | 高麗菜茄汁炒飯〈素〉 (素火腿、雞蛋、木耳、高麗菜、米飯) | | | | 蘋果 | 味噌豆腐湯 (味噌、豆腐) | 水煮蛋 |
| 9/08 10/20 12/01 1/12 | 二 | 鮮肉包 | 高麗菜水餃 (豬肉、高麗菜、麵皮) | | | | 芭樂 | 白菜魚丸湯 (白菜、魚丸) | 小波羅 |
| 9/09 10/21 12/02 1/13 | 三 | 優酪乳+蜂蜜蛋糕 | 黎麥飯 (黎麥、米) | 香煎肉片 (肉片) | 玉米炒蛋 (玉米、雞蛋) | 炒高麗菜 (高麗菜) | 小番茄 | 大黃瓜湯 (大黃瓜、龍骨) | 燒賣 |
| 9/10 10/22 12/03 1/14 | 四 | 水果-蘋果、香蕉 | 日式海鮮拉麵 (花枝、蛤蜊、魚柳、高麗菜、關廟麵) | | | | | | 絲瓜麵線 |
| 9/11 10/23 12/04 1/15 | 五 | 鮮奶+玉米脆片 | 米飯 (米) | 洋蔥肉燥 (洋蔥、絞肉) | 蒸蛋 (雞蛋) | 炒青江菜 (青江菜) | 葡萄 | 蛤蜊湯 (蛤蜊) | 水煮玉米 |
| <3>9/14 10/26 12/07 1/18 | 一 | 優酪乳+牛奶土司 | 咖哩燴麵〈素〉 (香菇、馬鈴薯、紅蘿蔔、青花菜、甜咖哩、關廟麵) | | | | 火龍果 | 養生菇湯 (秀珍菇、金針菇) | 關東煮 |
| 9/15 10/27 12/08 1/19 | 二 | 玉米蛋餅 | 海鮮蔬菜粥 (蛤蜊、魚柳、龍骨、芹菜、高麗菜、米) | | | | 木瓜 | | 紅豆湯圓 |
| 9/16 10/28 12/09 1/20(休) | 三 | 無糖豆漿+小白饅頭 | 黎麥飯 (黎麥、米) | 香煎嫩雞 (雞肉) | 番茄炒蛋 (番茄、雞蛋) | 炒菠菜 (菠菜) | 芭樂 | 金針排骨湯 (金針、排骨) | 小壽司 |
| 9/17 10/29 12/10 | 四 | 水果-芭樂、香蕉 | 香菇肉燥炒麵 (絞肉、豆皮、香菇、豆芽菜、關廟麵) | | | | | 玉米濃湯 (玉米、紅蘿蔔) | 茶葉蛋 |
| 9/18 10/30 12/11 | 五 | 鮮奶+玉米脆片 | 米飯 (米) | 蜜汁排骨 (排骨、鳳梨) | 燴板豆腐 (板豆腐、洋菇) | 炒大陸妹 (大陸妹) | 西洋梨 | 紫菜湯 (紫菜、龍骨) | 天使蛋糕 |

| | | | | | | | | | |
|-----------------------|---|-----------|--------------------------------------|---------------------|-------------------|-----------------|-----|---------------------|--------|
| <4>9/21 11/02 12/14 | 一 | 無糖豆漿+小餐包 | 茄汁炒飯〈素〉 (素火腿、杏包菇、紅蘿蔔、茄汁、米飯) | | | | 蘋果 | 金針大頭菜湯 (金針、大頭菜) | 番薯芥菜湯 |
| 9/22 11/03 12/15 | 二 | 原味蛋餅 | 雞蓉蔬菜粥 (雞胸肉、龍骨、玉米粒、高麗菜、洋蔥、米飯) | | | | 鳳梨 | | 馬鈴薯泥 |
| 9/23 11/04 12/16 | 三 | 優酪乳+小黑饅頭 | 五穀飯 (五穀米) | 蜜汁雞塊 (雞胸肉、蜜汁醬) | 紅蘿蔔炒蛋 (紅蘿蔔、雞蛋) | 炒青江菜 (青江菜) | 橘子 | 味噌海帶芽湯 (海帶芽、龍骨) | 燒賣 |
| 9/24 11/05 12/17 | 四 | 水果-芭樂、蘋果 | 土魷魚羹麵 (土多餘、山東白菜、肉羹、乾木耳、關廟麵) | | | | | | 蒸地瓜 |
| 9/25 11/06 12/18 | 五 | 鮮奶+玉米脆片 | 米飯 (米) | 糖醋排骨 (排骨、青椒) | 芹菜豆干 (芹菜、豆干) | 炒白花椰菜 (白花椰菜) | 葡萄 | 香菇雞湯 (香菇、雞) | 玉米麵包 |
| <5>9/28 11/09 12/21 | 一 | 無糖豆漿+小肉包 | 火腿蛋香炒飯〈素〉 (素火腿、雞蛋、紅蘿蔔、玉米粒、乾香菇、米飯) | | | | 香蕉 | 蘿蔔湯 (香菇、蘿蔔) | 車輪餅 |
| 9/29 11/09 12/21 | 二 | 鬆餅 | 鍋燒意麵 (蛤蜊、肉片、紅蘿蔔、高麗菜、意麵) | | | | 柳丁 | | 蔥麵包 |
| 9/30 11/09 12/21 | 三 | 優酪乳+小白饅頭 | 米飯 (米) | 白醬雞肉 (雞肉、蘿蔔、馬鈴薯) | 蔥花蛋 (雞蛋、蔥) | 炒花椰菜 (花椰菜) | 棗子 | 冬瓜排骨湯 (冬瓜、排骨) | 白菜餛飩湯 |
| 10/01(假) 11/12 12/24 | 四 | 水果-小番茄、鳳梨 | 大滷麵 (肉絲、肉羹、乾香菇、白蘿蔔、大白菜、關廟麵) | | | | | | 檸檬愛玉 |
| 10/02(假) 11/13 12/25 | 五 | 鮮奶+玉米脆片 | 米飯 (米) | 煎土魷魚 (土魷魚) | 洋蔥炒蛋 (洋蔥、雞蛋) | 炒空心菜 (空心菜) | 小番茄 | 紫菜蛋花湯 (雞蛋、紫菜、龍骨) | 牛奶棒 |
| <6>10/05 11/16 12/28 | 一 | 優酪乳+銀絲卷 | 白醬義大利麵〈素〉 (鮮奶、杏包菇、馬鈴薯、關廟麵) | | | | 香蕉 | 鮮菇湯 (雞蛋、鮮菇) | 絲瓜麵線 |
| 10/06 11/17 12/29 | 二 | 花生厚片 | 花椰菜廣東粥 (雞胸肉、鹹鴨蛋、青花菜、紅蘿蔔、龍骨、米) | | | | 蘋果 | | 蒸蛋 |
| 10/07 11/18 12/30 | 三 | 無糖豆漿+黃金捲 | 黎麥飯 (黎麥、米) | 滷味 (油豆腐、海帶) | 小雞腿 (雞腿) | 炒大陸妹 (大陸妹) | 芭樂 | 豆薯蛋花湯 (豆薯、雞蛋) | 馬卡龍 |
| 10/08 11/19 12/31 | 四 | 水果-蓮霧、蘋果 | 肉絲蛋炒飯 (肉絲、雞蛋、紅蘿蔔、高麗菜、香菇、米飯) | | | | | 紫菜湯 (紫菜、龍骨) | 綠豆地瓜湯 |
| 10/09(假) 11/20 1/1(假) | 五 | 鮮奶+玉米脆片 | 五穀飯 (五穀米) | 豆豉蒸鱈魚 (鱈魚、豆豉) | 燴板豆腐 (板豆腐、洋菇) | 炒高麗菜 (高麗菜) | 柳丁 | 味噌豆腐湯 (味噌、豆腐) | 五穀雜糧麵包 |