2025

中鋼幼兒園　9月份　餐點計劃表

日期	早上點心	午餐+水果	下午點心
9/1(一)	銀絲卷+米漿	水餃+什蔬豆腐湯+芭樂	手作布丁
9/2(二)	絲瓜餛飩湯	白飯+南瓜蘑菇咖哩豚肉+味噌豆腐小魚干湯+甜橙	黑糖原味豆花
9/3(三)	杯子蛋糕+牛奶	台式炒麵+香滷鵪鶉蛋+菇菇雞湯+香蕉	蔬菜魩仔魚粥
9/4(四)	燒賣+紫菜湯	藜麥飯+酥炸旗魚塊+茄子+大頭菜丸子湯+牛奶鳳梨	椰香西米露
9/5(五)	蒸地瓜+無糖麥茶	小米飯+洋蔥雞肉親子丼+青花菜+蘿蔔排骨湯+火龍果(白)	玉米片+原味優格
9/8(一)	芝麻包+牛奶	芋頭香菇肉粥+彩椒烘蛋+芭樂	三明治餅乾+仙草凍
9/9(二)	小蒸餃+柴魚湯	紫米飯+豚肉壽喜燒+地瓜葉+鮮筍雞湯+甜橙	奶皇包+薏仁漿
9/10(三)	雜糧小饅頭+豆漿	客家什蔬米苔目(湯)+番茄炒蛋+香蕉	起士吐司+米漿
9/11(四)	珍珠丸子+蔬菜湯	白飯+香菇麵筋肉燥+絲瓜+蘿蔔玉米排骨湯+木瓜	茶葉蛋+紫菜湯
9/12(五)	小白菜雞絲麵	洋蔥馬鈴薯咖哩雞+薑絲鱸魚湯+西瓜	桂圓八寶粥
9/15(一)	豆芽鍋燒意麵	蒜香奶油蝦蛋炒飯+大黃瓜丸子湯+芭樂	銀耳蓮子露
9/16(二)	莓果燕麥+牛奶	藜麥飯+洋芋燒排骨+高麗菜+韭菜蛋花湯+蘋果	關東煮
9/17(三)	生日蛋糕-9月慶生	青醬菇菇義大利麵+香滷蛋+蛤蜊濃湯+香蕉	玉米雞茸粥
9/18(四)	小肉包+薏仁漿	胚芽飯+豆芽燒肉片+菠菜+虱目魚柳湯+木瓜	毛豆莢+味噌湯
9/19(五)	蔬菜蘿蔔糕湯	白飯+香滷翅腿+地瓜葉+澎湖海菜蛋花湯+甜橙	義美布丁
9/22(一)	什蔬麵線	番茄菇菇滑蛋丼飯+玉米冬瓜湯+芭樂	蒸地瓜+無糖麥茶
9/23(二)	起士吐司+米漿	木須什蔬炒麵+五行排骨湯+香蕉	大麥仁綠豆湯
9/24(三)	玉米濃湯	小米飯+蒜香鱸魚片+菠菜+養生雞湯+甜橙	珍珠丸子+紫菜湯
9/25(四)	馬拉糕+豆漿	白飯+蔥爆豬柳+筊白筍三絲+番茄蛋花湯+木瓜	南瓜粥+東港旗魚鬆
9/26(五)	元氣穀物+牛奶	胚芽飯+三杯雞丁+魩仔魚莧菜+四神湯+香蕉	小籠包+蔬菜湯
9/29(一)	黑糖小饅頭+豆漿	鮭魚什蔬蛋炒飯+海帶豆腐味噌湯+芭樂	紅豆紫米粥
9/30(二)	燒賣+蔬菜湯	藜麥飯+古早味蒸蛋+青花菜+金針排骨湯+木瓜	鹹蛋黃餅+檸檬愛玉

備註:

一、本園餐點供應國產豬肉(台糖)；桂冠、鼎宇及禎祥食品；中鋼麵包。

二、本園餐點蔬果安排以當令為主，餐點依全穀根莖類、豆蛋魚肉類、蔬菜、水果、乳品及油脂，少再製食物的使用，為幼兒飲食安全做最好的把關。

三、時蔬及餐點會以市場狀況彈性調整，鋼幼健康成長餐，低油、低糖、長高不長胖。

四、蔬食日 9/22。