



2026

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 (二)	時蔬雞絲麵	十穀飯+橙汁排骨+洋蔥炒蛋+大黃瓜丸子湯+ 火龍果	黑糖原味豆花
9/2 (三)	黑糖小饅頭+牛奶	木須炒麵+洋蔥鮭魚味噌湯+ 香蕉	綠豆湯
9/3 (四)	燒賣+玉米海帶湯	白飯+清蒸豆酥鱸魚+地瓜葉+菇菇雞湯+ 西瓜	彩蔬肉絲粥
9/4 (五)	麵線糊	藜麥飯+馬鈴薯醬燒翅腿+空心菜+冬瓜排骨湯+ 木瓜	鯛魚燒+薏仁漿
9/7 (一)	莓果燕麥+牛奶	蝦仁茄汁蛋炒飯+哈佛蔬菜湯+ 芭樂	小餡餅+柴魚湯
9/8 (二)	小蒸餃+味噌湯	白飯+酥炸旗魚塊+香蒜茄子+蘿蔔竹輪湯+ 蘋果	水梨銀耳露
9/9 (三)	玉米濃湯	咖哩烏龍麵+白煮蛋+蘿蔔玉米虱目魚丸湯+ 香蕉	三明治餅乾+豆漿
9/10(四)	蔬菜麵線	地瓜飯+壽喜燒肉片+高麗菜+小魚干苦瓜排骨湯+ 西瓜	珍珠丸子+豆芽湯
9/11(五)	杯子蛋糕+牛奶	小米飯+香滷豆腐+白菜粉絲煲+豆薯蛋花湯+ 木瓜	紅豆湯
9/14(一)	蘑菇蝦仁濃湯	高麗菜肉絲飯+番茄炒蛋+洋蔥豆腐味噌湯+ 芭樂	奶皇包+薏仁漿
9/15(二)	蛋香意麵	白飯+京醬肉絲+福山萵苣+洋蔥蛤蜊雞湯+ 火龍果	毛豆莢+無糖麥茶
9/16(三)	生日蛋糕-9月慶生	港式炒河粉+香滷蛋+海帶豆芽排骨湯+ 香蕉	芋頭西米露
9/17(四)	起士吐司+米漿	紫米飯+冬瓜燉肉+青花菜+薑絲鱸魚湯+ 西瓜	關東煮
9/18(五)	蔬菜蘿蔔糕湯	藜麥飯+奶油白醬雞+莧菜+蘋果四神湯+ 木瓜	玉米片+牛奶
9/21(一)	銀絲卷+牛奶	水餃+豆腐酸辣湯+ 芭樂	碗豆脆片+仙草凍
9/22(二)	古早味陽春麵	胚芽飯+洋芋咖哩豚肉+花椰菜+蘿蔔丸子湯+ 火龍果	手作布丁
9/23(三)	小肉包+絲瓜湯	番茄海鮮麵疙瘩(湯)+香滷鵪鶉蛋+ 香蕉	義美鮮奶酪
9/24(四)	菠菜餛飩湯	白飯+梅干菜燒肉+鵝白菜+冬瓜排骨湯+ 木瓜	茶葉蛋+紫菜湯
9/29(二)	芝麻包+薏仁漿	藜麥飯+豉汁排骨+地瓜葉+枸杞紅棗雞湯+ 芭樂	豆漿豆花
9/30(三)	小米粥+東港旗魚鬆	台式炒麵+蒸蛋+高麗菜排骨湯+ 火龍果	馬卡龍+檸檬愛玉

備註：

- 一、本園餐點供應台糖國產豬肉；桂冠、鼎宇及禎祥食品；中鋼烘焙部麵包。
- 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，少高加工食品的使用，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 9/11。

