8月份餐點表 108學年上學期

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日 期** | **活 力 早 餐** | **午 餐** | **下 午 點 心** |
| 8/1(四) | 蘿蔔甜不辣湯 | 麻油蛋炒飯+麥克雞塊+時鮮青蔬  當歸菇菇湯(芭樂) | 薏仁綠豆湯 |
| 8/2(五) | 蔥花饅頭  豆漿 | 香Q白米飯+檸檬魚排+紅蘿蔔炒蛋+時令蔬青菜  虱目魚骨湯(芭樂) | 蜂蜜蛋糕  桂圓紅棗茶 |
| 8/5(一) | 麻油麵線 | 香Q白米飯+三杯雙菇+紅燒葫蘆瓜+時令蔬青菜  海帶蘿蔔味增湯(香蕉) | 香椿煎餅  麥茶 |
| 8/6(二) | 鮪魚吐司  牛奶 | 營養糙米飯+蘑菇咖哩+客家小炒+時鮮青蔬  芹香蘿蔔湯(香蕉) | 紅豆燕麥粥 |
| 8/7(三) | 清粥  海苔素鬆 | 大魯麵＋特製肉羹＋魯白菜＋飄香滷蛋  蘿蔔大骨湯(香蕉) | 小飯糰  紫菜湯 |
| 8/8(四) | 當歸枸杞麵線 | 健康小米飯+香酥魚條+番茄炒豆腐+時令蔬青菜  紫菜蛋花湯(蘋果) | 地瓜綠豆湯 |
| 8/9(五) | 葡萄饅頭  豆漿 | 高纖麥片飯+麻油三杯雞丁+紅蘿蔔炒蛋+時鮮青蔬  冬瓜大骨湯(蘋果) | 茶葉蛋  蘿蔔湯 |
| 8/12(一) | 蔬菜滑蛋麵線 | 小薏仁飯+洋菇燴大白菜+飄香滷味+時令蔬青菜  芹香蘿蔔湯(西瓜) | 蔬菜鍋燒意麵 |
| 8/13(二) | 花生吐司  牛奶 | 香香芝麻飯+糖醋肉片+鐵板豆腐+時令蔬青菜  當歸肉骨湯(西瓜) | 紫米桂圓粥 |
| 8/14(三) | 肉末魚片粥 | 金瓜米粉＋三色蛋＋時令蔬青菜  黃金蜆湯(西瓜) | 八寶麵 |
| 8/15(四) | 雞絲蛋麵 | 健康小米飯+蔭瓜蒸魚+肉燥寬粉+時令蔬青菜  金菇白菜湯(芭樂) | 紅豆薏仁湯 |
| 8/16(五) | 紅豆饅頭  豆漿 | 五穀雜糧飯+紅燒獅子頭+炒菜脯蛋+時令蔬青菜  蘿蔔大骨湯(芭樂) | 小肉包  蔬菜湯 |
| 8/19(一) | 絲瓜麵線 | 小薏仁飯+牛蒡炒豆干+咖哩洋芋+時令蔬青菜  味噌海芽豆腐湯(木瓜) | 蔬菜羹麵 |
| 8/20(二) | 熱狗捲吐司  麥茶 | 高纖麥片飯+糖醋肉片+大黃瓜燴甜不辣+時令蔬青菜  扁蒲雞骨湯(木瓜) | 鍋燒意麵 |
| 8/21(三) | 皮蛋瘦肉粥 | 香菇蝦米油飯+滷蛋+時鮮青蔬  四神豬肚湯(香蕉) | 魚餃粉絲湯 |
| 8/22(四) | 什錦麵疙瘩 | 健康小米飯+檸檬蒸魚+鐵板豆腐+時令蔬青菜  金針雞骨湯(香蕉) | 關東煮 |
| 8/23(五) | 芝麻饅頭  豆漿 | 豬油拌飯+日式炸豬排+黑木耳拌筍絲+時鮮青菜  紫菜蛋花湯(香蕉) | 小波蘿麵包  枸杞茶 |
| 8/26(一) | 素肉關廟麵 | 香Q白米飯+紅燒牛蒡麵腸+蕃茄炒蛋+鮮青菜  冬瓜金針菇薑絲湯(蘋果) | 桂圓八寶粥 |
| 8/27(二) | 巧克力三明治  牛奶 | 香香芝麻飯+鐵板洋蔥肉柳+小花枝丸+時令蔬青菜  玉米蛋花濃湯(蘋果) | 番茄肉末通心麵 |
| 8/28(三) | 香菇雞肉粥 | 麻將乾麵+滷小貢丸+時令蔬青菜  白菜蛋花湯(香瓜) | 燕麥綠豆湯 |
| 8/29(四) | 水餃  蔬菜湯 | 小薏仁飯+紅糟肉片+大瓜黑輪+時令蔬青菜  蕃茄蔬菜湯(香瓜) | 什錦蔬菜麵 |
| 8/30(五) | 葡萄饅頭  豆漿 | 營養糙米飯+浦燒鯛魚排+飄香滷味+時令蔬青菜  芹香蘿蔔湯(香瓜) | 杯子蛋糕  養生茶 |

 備註：★每天提供當季水果