8月餐點表 109上學期

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 日 期 | 活 力 早 餐 | 午 餐 | 下 午 點 心 |
|  8/3(一) | 蔬菜鹹粥 | 香樁蛋炒飯+香菇蒸蛋+鮑菇小白菜枸杞黃瓜湯(西瓜) | 綠豆粉圓甜湯 |
|  8/4(二) | 花生三明治牛奶 | 高纖麥片飯+酥炸豬排+鐵板豆腐+紅絲高麗菜金針雞絲湯(西瓜) | 日式烏龍麵 |
|  8/5(三) | 油豆腐細粉湯 | 麻醬乾麵＋滷豆干＋蒜香蘿蔓味噌豆腐洋蔥湯(西瓜) | 地瓜綠豆湯 |
|  8/6(四) | 肉丁豆仔粥 | 五穀雜糧飯+香酥魚條+飄香滷味+韭香豆芽紫菜蛋花湯(鳳梨) | 紅豆麥片湯 |
|  8/7(五) | 葡萄饅頭豆漿 | 香香芝麻飯+起司南瓜燉雞+雪菜干丁+綠花椰菜海帶雞骨湯(鳳梨) | 小菜包蔬菜湯 |
| 8/10(一) | 麻油麵線 | 香香芝麻飯+洋菇燴素花枝+滷海帶豆干+紅絲油菜芹香蘿蔔湯(香蕉) | 蔬菜鍋燒意麵 |
| 8/11(二) | 鮪魚三明治牛奶 | 養生薏仁飯+鐵板沙茶雞柳+彩繪冬瓜+蒜香水蓮 味噌洋蔥豆腐湯(香蕉) | 魚餃湯麵 |
| 8/12(三) | 水餃蔬菜湯 | 台式炒麵+滷蛋+蒜香空心菜羅宋湯(芭樂) | 玉米滑蛋粥 |
| 8/13(四) | 鮮蔬麵疙瘩 | 養生薏仁飯+糖醋肉片+起司南瓜蛋+蛤犡絲瓜扁蒲雞骨湯(芭樂) | 紅豆薏仁湯 |
| 8/14(五) | 芝麻饅頭豆漿 | 五穀雜糧飯+酥炸魚排+紫蘇梅苦瓜片+金針菇小白芹香貢丸湯(芭樂) | 杯子蛋糕麥茶 |
| 8/17(一) | 當歸枸杞麵線 | 香Q白米飯+牛蒡炒豆干+咖哩洋芋+玉米蘿蔓味噌海芽洋蔥湯(火龍果) | 蕃茄蔬菜麵 |
| 8/18(二) | 果醬吐司牛奶 | 營養糙米飯+壽喜燒肉片+麻婆豆腐+杏菇青江菜海芽蛋花湯(火龍果) | 杏仁仙草蜜 |
| 8/19(三) | 小米粥海苔肉鬆 | 三色涼麵+火腿蛋 +小黃瓜絲海帶雞骨湯(火龍果) | 酸辣湯餃 |
| 8/20(四) | 蘿蔔糕湯 | 五穀雜糧飯+樹子蒸魚+咖哩寬粉+薑炒龍鬚菜 榨菜肉絲湯(蘋果) | 杏仁愛玉 |
| 8/21(五) | 銀絲卷豆漿 | 健康小米飯+紅燒燉肉+肉燥寬粉+蒜香高麗菜金針雞絲湯 (蘋果) | 茶葉蛋蘿蔔湯 |
| 8/24(一) | 絲瓜麵線 | 營養糙米飯+素火腿炒蛋+榨菜豆干+綠花椰菜金菇白菜湯 (香瓜) | 米苔目甜湯 |
| 8/25(二) | 三色吐司牛奶 | 香Q白米飯+香菇瓜仔肉+洋蔥炒蛋+沙茶芥藍味噌柴魚豆腐湯(香瓜) | 沙茶米粉羹 |
| 8/26(三) | 關東煮 | 花枝炒意麵+炸薯條+紅絲高麗菜筍絲雞骨湯(香瓜) | 小飯糰紫菜湯 |
| 8/27(四) | 香蔥麵線 | 高纖麥片飯+檸檬魚排+培根玉米蛋捲+蝦醬空心菜虱目魚湯(木瓜) | 冬瓜蒟蒻凍 |
| 8/28(五) | 紅豆饅頭豆漿 | 健康小米飯+紅糟肉片+大黃瓜黑輪+白花椰菜蕃茄蔬菜湯(木瓜) | 肉鬆小麵包冬瓜茶 |
| 8/31(一) | 雞絲蛋麵 | 香香芝麻飯+香菇滷麵輪+黑木耳炒筍絲+玉米油菜當歸菇菇湯(西瓜) | 肉燥關廟麵 |

備註：★每天提供當季水果