

臺北市星雲非營利幼兒園112年8月餐點表

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 菜單 | | | | | 下午點心 |
|-------|----|----------|----------------------------|--------|-------|-----|--------|---------|
| | | | 飯類 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯品 | |
| 8月1日 | 二 | 香吉士、奇異果 | 糙米飯 | 蔥燒魚 | 筍絲雞肉絲 | 空心菜 | 鮮筍排骨湯 | 蔬菜粥 |
| 8月2日 | 三 | 西瓜、蘋果 | 五穀米飯 | 蘋果雞丁 | 魚香茄子 | 蚵白菜 | 冬瓜排骨湯 | 地瓜 |
| 8月3日 | 四 | 小蕃茄、芭樂 | 小米飯 | 冬瓜麵輪 | 彩椒肉片 | 大陸菜 | 味噌豆腐湯 | 雞絲麵 |
| 8月4日 | 五 | 香蕉、水梨 | 蔬食咖哩飯(馬鈴薯、紅葡萄、洋葱、蘋果、高麗菜) | | | | 洋芋濃湯 | 仙草蜜 |
| 8月7日 | 一 | 蘋果、火龍果 | 白飯 | 澄汁雞片 | 三色胡瓜 | 高麗菜 | 蘿宋湯 | 榨菜肉絲麵 |
| 8月8日 | 二 | 木瓜、奇異果 | 糙米飯 | 蒲燒鯛魚 | 燴四色 | A菜 | 青菜蛋花湯 | 小肉包 |
| 8月9日 | 三 | 水梨、芭樂 | 黑米飯 | 蔥燒雞腿 | 開陽黃瓜 | 小松菜 | 蔬菜湯 | 玉米 |
| 8月10日 | 四 | 香蕉、西瓜 | 薏仁飯 | 和風肉片 | 奶油洋芋 | 空心菜 | 筍香雞湯 | 鹹粥 |
| 8月11日 | 五 | 小蕃茄、蘋果 | 蔬食炒麵(高麗菜、紅蘿蔔、洋葱、芹菜、鮮香菇、豆皮) | | | | 海帶玉米湯 | 綠豆湯 |
| 8月14日 | 一 | 蘋果、火龍果 | 白飯 | 塔香小雞腿 | 蔬菜南瓜 | 高麗菜 | 苦瓜雞湯 | 米粉湯 |
| 8月15日 | 二 | 香蕉、香吉士 | 糙米飯 | 扁蒲魯肉 | 芙蒸蒸蛋 | 紅杏菜 | 蔬食湯 | 鮮奶+玉米脆片 |
| 8月16日 | 三 | 芭樂、木瓜 | 五穀米飯 | 四季豆炒雞片 | 紅燒冬瓜 | 蚵白菜 | 蘿蔔玉米湯 | 什錦麵 |
| 8月17日 | 四 | 奇異果、水梨 | 小米飯 | 魯肉飯 | 三色鮮筍 | 青江菜 | 山藥枸杞湯 | 馬鈴薯 |
| 8月18日 | 五 | 西瓜、芭樂 | 紅燒燴飯(大白菜、鮮香菇、杏鮑菇、洋葱、烤肤) | | | | 洋芋濃湯 | 麵包吐司 |
| 8月21日 | 一 | 火龍果、芭樂 | 白飯 | 洋葱雞丁 | 螞蟻上樹 | 莧菜 | 海帶吻仔魚湯 | 紅棗白木耳湯 |
| 8月22日 | 二 | 西瓜、黃金奇異果 | 糙米飯 | 糖醋排骨 | 炒絲瓜羹 | 青江菜 | 紫菜蛋花湯 | 黑糖饅頭 |
| 8月23日 | 三 | 香蕉、木瓜 | 黑米飯 | 五香雞翅 | 紅蘿蔔炒蛋 | 油菜 | 青菜豆腐湯 | 古早味麵線 |
| 8月24日 | 四 | 香吉士、水梨 | 薏仁飯 | 豆鼓蒸魚 | 百頁三絲 | A菜 | 白蘿蔔湯 | 肉末粥 |
| 8月25日 | 五 | 奇異果、小蕃茄 | 白醬義大利麵(馬鈴薯、玉米筍、牛蕃茄、鮑魚菇、洋葱) | | | | 蘿宋湯 | 紅豆米苔目 |
| 8月28日 | 一 | 蘋果、百香果 | 白飯 | 滑蛋肉片 | 葱油細粉 | 高麗菜 | 冬瓜排骨湯 | 蘿蔔糕 |
| 8月29日 | 二 | 木瓜、芭樂 | 小米飯 | 粉蒸雞肉 | 三色扁蒲 | 青江菜 | 青菜豆腐湯 | 滑蛋粥 |
| 8月30日 | 三 | 奇異果、香蕉 | 五穀米飯 | 茄汁燉魚 | 蔥燒洋芋 | 小松菜 | 玉米排骨 | 醬燒包 |
| 8月31日 | 四 | 水梨、小蕃茄 | 薏仁飯 | 塔香小雞腿 | 三色炒蛋 | 空心菜 | 肉骨茶 | 檸檬愛玉 |

備註：

1. 響應國家節能減碳愛地球，每週一日為無肉蔬食日。
2. 配合時令季節及臨時偶發事件，餐點將視情況調整，不另行通知，敬請見諒！
3. 少油少鹽少油炸，以蒸煮燉滷為主，本園使用國產豬牛。



製表人：陳寶雲

總務：詹富華

園長：胡彩琳

園長胡彩琳

2023.07.20