

桃園市私立百合精緻托嬰中心 115 年 9 月份 餐點表

週次		星期一 (Monday)		星期二 (Tuesday)		星期三 (Wednesday)		星期四 (Thursday)		星期五 (Friday)	
		菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容	菜名	內容
第一週	早點	玉米粥		冬粉湯		雞蛋麵線		香菇湯麵		香菇板條	
	午餐	十穀飯	白米+十穀米	白米飯	白米飯	蕎麥	白米+蕎麥	小米飯	白米+小米	白飯	白米
		紅燒 豆乾丁	木耳	大白菜 燴飯	大白菜	油豆腐 炒玉米	紅蘿蔔	螞蟻上樹	香菇	日式咖哩	馬鈴薯
			紅蘿蔔		香菇		冬粉		素雞丁		
			豆乾丁		紅蘿蔔		油豆腐		紅蘿蔔		紅蘿蔔
			毛豆		豆包				毛豆		
		紅絲炒蛋	紅蘿蔔		炒小黃瓜	豆芽	絲瓜炒蛋	絲瓜			
			豆芽			小黃瓜		蛋			
			香菇			紅蘿蔔		紅蘿蔔			
		小白菜				莧菜		大白菜			
		竹筍湯	蕃茄	紫菜 蛋花湯	紫菜	香菇 蘿蔔湯	白蘿蔔	酸辣湯	筍絲	冬瓜湯	冬瓜
			蛋		香菇		嫩豆腐		薑絲		
					素丸子		木耳絲				
	點心	高麗菜粥/香蕉		葡萄麵包/麥茶/西瓜		綠豆湯/西瓜		雞絲麵/芭樂		米苔目/芭樂	
第二週	早點	素香麵線		小米粥		素肉冬粉湯		素肉燥麵		香菇米苔目	
	午餐	白米飯	白米	白米飯	白米	燕麥飯	白米+燕麥	小米飯	白米+小米	白米飯	白米
		冬瓜燒 海帶節	白蘿蔔	燴馬鈴薯	馬鈴薯	三色豆 炒蛋	蛋	沙茶 豆干	豆干	玉米燴飯	紅蘿蔔
			紅蘿蔔		香菇		玉米粒		木耳		玉米粒
			木耳		豆腐		紅蘿蔔		紅蘿蔔		毛豆
		醬汁 燒豆包	玉米粒		玉米 炒胡瓜	玉米	茄汁 杏鮑菇	蕃茄	大白菜		
			豆包			紅蘿蔔		杏鮑菇	木耳		
			紅蘿蔔			胡瓜		木耳	甜椒		
		空心菜				高麗菜		莧菜			
		紫菜蛋花湯	紫菜	鮮菇 冬瓜湯	香菇	味噌湯	豆腐	蕃茄 蛋花湯	蕃茄	蘿蔔湯	白蘿蔔
			雞蛋		冬瓜		海帶芽		蛋		木耳
					薑				素丸子		
		點心	香菇米粉湯/香蕉		蛋糕/菊花茶/西瓜		紅豆/西瓜		素貢丸板條湯/鳳梨		紅豆湯/鳳梨
	第三週	早點	麵線		貢丸冬粉湯		莧菜粥		紅燒烏龍麵		鹹米苔目
午餐		十穀米飯	白米+十穀米	白飯	白米	蕎麥飯	蕎麥+白米	燕麥	白米+燕麥	白飯	白米
		三色豆腸	三色豆	素火腿 燴飯	素火腿	香菇炒 四季豆	香菇	油豆腐滷 海帶結	油豆腐	馬鈴薯燴 綠花椰	馬鈴薯
			豆腸		高麗菜		四季豆		海帶結		紅蘿蔔
					紅蘿蔔						
		瓜子素肉	碎瓜		豆包	蘿蔔滷 油豆腐	蘿蔔	花椰菜炒 紅蘿蔔	香菇		毛豆
			素碎肉				油豆腐		綠花椰		
							香菇		紅蘿蔔		
		小白菜				空心菜		高麗菜			
		紫菜蛋花湯	紫菜	蛋花湯	蛋	冬瓜湯	冬瓜	玉米 蛋花湯	玉米	蘿蔔湯	蘿蔔湯
			蛋		薑		蛋		香菇		
		點心	香菇玉米粥/香蕉		餐包/牛奶/西瓜		仙草/西瓜		板條/芭樂		綠豆湯/芭樂

桃園市私立百合精緻托嬰中心 115 年 9 月份 餐點表

第四週	早點	素貢丸冬粉湯		麵線		米苔目		烏龍麵		香菇板條	
	午餐	蕎麥飯	白米 + 蕎麥	燕麥飯	白米 + 燕麥	白米飯	白米	小米飯	小米+白米	白飯	白米
		海帶絲	海帶絲	玉米	玉米	玉米炒蛋	蛋/玉米	糖醋 杏鮑菇	杏鮑菇	大白菜燴 杏鮑菇	大白菜
			豆干片	燴香菇	香菇		紅蘿蔔		甜椒		杏鮑菇
		炒素肉絲	素肉絲		毛豆		毛豆	燴冬瓜			紅蘿蔔
		胡瓜	胡瓜		豆腐	炒花椰菜	白花椰		冬瓜		木耳
			蛋				香菇		素丸子		豆皮
		炒蛋					紅蘿蔔		毛豆		
		小白菜				莧菜		高麗菜			
		竹筍湯	竹筍	蘑菇	玉米粒	玉米 蘿蔔湯	白蘿蔔	豆腐蕃茄 湯	豆腐	素貢丸 蛋花湯	素貢丸
			紅蘿蔔		玉米醬		甜玉米		蕃茄		蛋
				玉米濃湯	蘑菇						
	點心	香菇羹麵/香蕉		雜糧麵包/牛奶/西瓜		愛玉/西瓜		米苔目/木瓜		桂圓枸杞粥/鳳梨	
第五週	早點	雞蛋麵線		香菇粥		米苔目鹹湯		烏龍麵		香菇板條	
	午餐	蕎麥飯	白米+蕎麥	燕麥飯	白米+燕麥	白米飯	白米飯	小米飯	小米+白米	白飯	白米
		三色豆	毛豆	大白菜	大白菜	炒麵腸	甜椒	豆包	豆包	馬鈴薯燴 杏鮑菇	馬鈴薯
			玉米	燴油豆腐	油豆腐		麵腸		甜椒		杏鮑菇
		炒蛋	紅蘿蔔 /蛋		毛豆		毛豆	炒甜椒	木耳		紅蘿蔔
		高麗菜	豆芽		香菇	炒花椰菜	毛豆		蘿蔔		木耳
			紅蘿蔔				綠花椰	燴蘿蔔	素丸子		毛豆
		炒冬粉	香菇				紅蘿蔔		毛豆		
		小白菜				A 菜		大白菜			
		竹筍湯	竹筍	蘑菇	玉米粒	玉米 蘿蔔湯	白蘿蔔	豆腐 蕃茄湯	豆腐	素貢丸 蛋花湯	素貢丸
			紅蘿蔔		玉米醬		甜玉米		蕃茄		蛋
				玉米濃湯	蘑菇						
	點心	香菇羹麵/香蕉		紅豆麵包/牛奶/芭樂		綠豆湯/芭樂		米苔目/西瓜		桂圓枸杞粥/木瓜	