

龍潭國民小學附設幼兒園113年8~9月份餐點表 ★本校膳食一律使用國產豬

週次	日期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果	下午點心
1	8/30 五	小羊角麵包 光泉豆漿	糙米飯	香菇肉燥	什錦白菜	有機青莧菜	麥茶QQ甜湯	水果	義式燻雞麵包 光泉鮮奶
2	9/2 一	超軟牛奶麵包 光泉燕麥奶	環保蔬食日 蕎麥飯	滑蛋菇菇丼	黃金黑豆干	炒青菜 (產銷履歷)	番茄蔬菜湯	水果	鮮奶脆片
	9/3 二	肉包 光泉糙米漿	糙米飯	咖哩肉片	海帶雙絲	有機黑葉白菜	絲瓜蛋花湯	水果	燒賣 珍珠丸子
	9/4 三	芝麻包 豆漿	什錦炒麵 + 雙色花椰 + 蠔油蒸雞 + 筍片貢丸湯					水果	雞茸玉米濃湯
	9/5 四	什錦炒麵	五穀飯	鐵板雞柳	扁蒲炒肉絲	有機小松菜	薑絲冬瓜湯	水果	鮮奶紅豆湯
	9/6 五	蛤蜊雞絲麵	糙米飯	蘿蔔燒肉	大瓜炒黑輪	有機荷葉白菜	香菇雞湯	水果	葡萄吐司 豆漿
3	9/9 一	鹹奶油餐包 光泉豆漿	環保蔬食日 紫米飯	玉筍雞柳	番茄燴豆腐	炒青菜	桂圓銀耳湯圓	水果	香草戚風蛋糕 光泉鮮奶
	9/10 二	鮮魚粥	糙米飯	梅醬燉雞	芹香干絲	有機青松菜	蘿蔔肉羹湯	水果	蔬菜肉片湯
	9/11 三	紅糖饅頭 鮮奶	筍絲豬肉燴飯 + 香酥雞柳 + 關東煮湯					水果	滷雞腿
	9/12 四	擔仔麵	大麥飯	瓜仔肉	塔香海帶根	有機高麗菜	番茄蛋花湯	水果	醬燒小肉包 鮮奶
	9/13 五	糙米雞柳粥	糙米飯	砂鍋魚丁	起司玉米炒蛋	有機空心菜	青木瓜排骨湯	水果	紅豆小湯圓
4	9/16 一	銀絲卷 光泉豆漿	環保蔬食日 香鬆飯	三杯杏鮑菇	白醬洋芋	炒青菜	蔬菜蛋花湯	水果	水餃
	9/17 二	中秋節放假							
	9/18 三	洋蔥雞烏龍麵	肉醬貝殼麵 + 香雞翅 + 燙花椰菜 + 玉米蛋花湯					水果	海鮮豆腐羹
	9/19 四	蔥油餅 鮮奶	芝麻飯	花瓜燉雞	脆炒土豆	有機青油菜	牛蒡紅棗湯	水果	鮮菇雞湯
	9/20 五	鹹米苔目	糙米飯	壽喜燒肉片	韓式拌豆芽	有機優愛菜	蓮藕排骨湯	水果	慶生大蛋糕 鮮奶
5	9/23 一	肉燥湯麵	環保蔬食日 地瓜飯	客家小炒	海芽炒蛋	炒青菜	大麥甜湯	水果	綠豆薏仁湯
	9/24 二	香菇雞肉粥	糙米飯	香酥魚塊	蔬菜咖哩	有機小松菜	味噌湯	水果	義大利麵
	9/25 三	煎蛋三明治 鮮奶	古早味麵疙瘩 + 滷雞排 + 鹽水蔬菜					水果	玉米蘿蔔排骨湯
	9/26 四	海鮮麵	糙米飯	黑胡椒豬柳	雪蓮子麵筋	有機荷葉白菜	大瓜魚丸湯	水果	桂圓紅豆紫米粥
	9/27 五	高麗菜鮮肉粥	紅藜飯	蔥油淋雞	麻婆豆腐	有機黑葉白菜	蔬菜菇菇湯	水果	起酥蛋糕 鮮奶
6	9/30 一	小米鮮肉粥	糙米飯	八寶肉醬	沙茶白菜	炒青菜	豆芽昆布湯	水果	味噌豆腐湯