

| 熱量分析 |    | 50-200 kcal                                                                                                            | 300-400 kcal                     | 200-250 kcal |
|------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|--------------|
| 日期   | 星期 | 上午點心                                                                                                                   | 中午午餐                             | 下午點心         |
| 3    | 一  | 鮭魚玉米蔬菜粥*                                                                                                               | 糖醋雞柳、雪裡紅肉末豆干*、芹香蘿蔔湯、時令水果         | 檸檬愛玉 吐司      |
| 4    | 二  | 手工麵魚兒*                                                                                                                 | 糙米飯、菇菇馬鈴薯燒肉、蛋炒扁蒲*、海帶芽味噌豆腐湯*、時令水果 | 蘿蔔糕湯         |
| 5    | 三  | 牛奶* 芋泥包                                                                                                                | 義大利肉醬起司通心粉、清炒萵苣、酥炸雞塊、冬瓜大骨湯、時令水果  | 蛋花青江雞絲麵*     |
| 6    | 四  | 地瓜湯                                                                                                                    | 鮮蔬炒麵、蒜炒空心菜、滷豆干*、番茄蛋花湯*、時令水果      | 什錦烏龍湯麵*      |
| 7    | 五  | 營養麵線                                                                                                                   | 香酥魚*、玉米雞茸豆腐*、大黃瓜貢丸湯、時令水果         | 綠豆粉條湯        |
| 11   | 二  | 什錦肉絲冬粉                                                                                                                 | 糙米飯、味噌洋蔥燒肉、油菜炒豆皮*、玉米濃湯*、時令水果     | 豬肉麵線羹        |
| 12   | 三  | 牛奶* 地瓜包                                                                                                                | 蒸椒鹽雞、燴三菇木耳、紅白蘿蔔湯、時令水果            | 菜肉雲吞*        |
| 13   | 四  | 原味奶酪*                                                                                                                  | 高麗菜飯、咖哩炒馬鈴薯、蔥蛋*、番茄黃豆芽湯、時令水果      | 田園番茄麵        |
| 14   | 五  | 南瓜肉末粥                                                                                                                  | 什錦烏龍湯麵*、滷蛋*、滷海帶、時令水果             | 黑芝麻豆漿* 波蘿麵包  |
| 17   | 一  | 莧菜吻仔魚粥*                                                                                                                | 鹹蛋蒸肉*、大黃瓜燴肉片、薑絲紫菜湯、時令水果          | 鮮榨檸檬汁 菜肉包    |
| 18   | 二  | 地瓜湯                                                                                                                    | 糙米飯、塔香雞丁杏鮑菇、玉米醬蒸蛋*、蔬菜大骨湯、時令水果    | 海鮮米粉湯*       |
| 19   | 三  | 牛奶* 芝麻包*                                                                                                               | 番茄牛肉麵、小白菜炒雪白菇、時令水果               | 蘿蔔糕湯         |
| 20   | 四  | 水煮蛋* 海帶芽味噌湯                                                                                                            | 醬燒豆腐*、蒜炒青江菜、香菇毛豆干丁*、玉米蘿蔔湯、時令水果   | 擔仔豆芽麵        |
| 21   | 五  | 蛋花雞絲麵*                                                                                                                 | 夏威夷炒飯*、油菜炒豆皮*、南瓜奶香洋蔥湯*、時令水果      | 麥茶 生日蛋糕*     |
| 24   | 一  | 滑蛋瘦肉粥*                                                                                                                 | 糙米飯、雙色蘿蔔燒肉、蒜炒空心菜、香菇金針湯、時令水果      | 黑芝麻牛奶* 沖繩黑糖捲 |
| 25   | 二  | 蘿蔔糕湯                                                                                                                   | 紹子麵、滷油豆腐*、韭菜炒蛋*、芹香蘿蔔湯、時令水果       | 手工麵魚兒*       |
| 26   | 三  | 牛奶* 芋泥包                                                                                                                | 木須肉*、紅絲高麗菜、菇菇大骨湯、時令水果            | 關東煮*         |
| 27   | 四  | 小米粥 小菜                                                                                                                 | 鮮蔬炒米粉、薑片小白菜、香菇燒豆包*、紫菜蛋花湯*、時令水果   | 低糖豆漿* 自製果醬吐司 |
| 28   | 五  | 田園蔬菜麵*                                                                                                                 | 親子蓋飯*、三色胡瓜、山藥牛蒡湯、時令水果            | 牛奶* 鹹乳酪蛋糕*   |
| 31   | 一  | 南瓜洋蔥鹹粥                                                                                                                 | 咖哩雞燴飯、蒜炒青江菜、冬瓜大骨湯、時令水果           | 水煮蛋* 海帶芽味噌湯  |
| 備註   |    | 遇有臨時偶發事件無法供應原訂餐點時則以它類食品替代。<br>本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。<br>標示「*」表示含有過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶羊奶、蛋、大豆、魚、堅果、芝麻、含麸質之穀類及其製品)，<br>請過敏者特別注意。 |                                  |              |