

### 臺北市信義區信義國小附幼8月暑輔菜單

日期	星期	早 點	午 餐					午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品類	水果類	豆魚蛋肉類	熱量
			主食	主菜	青菜	湯品	附餐								
8月2日	一	麵包*1+鮮奶	白米飯	蔥燒雞丁	時蔬	洋蔥番茄湯	水果	銀絲卷*1+黑芝麻豆漿	6.1	1.2	1.3	1.0	1.0	2.1	856
8月3日	二	水餃*3+低糖豆漿	肉絲炒飯	冬瓜燜肉	時蔬	鮮蔬菇菇湯	水果	小肉包*1+鮮奶	6.2	1.1	1.3	1.0	1.0	2.1	859
8月4日	三	蔥肉餡餅+低糖豆漿	小米飯	馬鈴薯燉肉	時蔬	肉骨茶湯	水果	綠豆薏仁湯	7.2	1.4	1.2	0.0	1.0	2.2	822
8月5日	四	廣東粥	麥片飯	紅燒魚丁	時蔬	番茄蛋花湯	水果	玉米濃湯	6.9	1.5	2.0	0.0	1.0	2.1	818
8月6日	五	茄汁炒飯	芝麻飯	薑燒肉片	時蔬	蘿蔔大骨湯	水果	芋泥包*1+低糖豆漿	6.8	1.4	1.1	0.0	1.0	2.6	822
8月9日	一	高麗菜包*1+黑芝麻豆漿	胚芽飯	照燒雞丁	時蔬	青菜豆腐湯	水果	奶皇包*1+鮮奶	6.0	1.2	1.4	1.0	1.0	2.3	867
8月10日	二	養生饅頭+低糖豆漿	時蔬義大利麵	壽喜豬	時蔬	玉米蛋花湯	水果	紅豆西米露	7.2	1.3	1.2	0.0	1.0	2.2	818
8月11日	三	馬拉糕*1+鮮奶	白米飯	咖哩豬	時蔬	黃瓜大骨湯	水果	黑糖捲*1+黑芝麻豆漿	6.1	1.2	1.2	1.0	1.0	2.3	869
8月12日	四	鮮蔬玉米粥	小米飯	樹子魚丁	時蔬	羅宋湯	水果	小籠湯包*2+低糖豆漿	6.5	1.3	1.6	0.0	1.0	2.6	809
8月13日	五	地瓜包+黑芝麻豆漿	芝麻飯	家鄉肉燥	時蔬	南瓜濃湯	水果	筍香包*1+低糖豆漿	6.4	1.4	1.3	0.0	1.0	2.9	821
8月16日	一	銀絲卷+低糖豆漿	胚芽飯	蘿蔔燉雞	時蔬	大滷湯	水果	原味鬆餅*1+鮮奶	6.0	1.3	1.3	1.0	1.0	2.2	861
8月17日	二	香菇瘦肉粥	夏威夷炒飯	栗子燒肉	時蔬	田園蔬菜湯	水果	肉羹白菜湯	6.3	1.3	1.8	0.0	1.0	2.8	815
8月18日	三	芝麻包*1+鮮奶	麥片飯	味噌燒魚	時蔬	冬瓜丸片湯	水果	花豆甜湯	7.0	1.2	1.2	1.0	1.0	1.3	857
8月19日	四	燒賣*2+黑芝麻豆漿	白米飯	蒜泥白肉	時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	蒸地瓜*1+低糖豆漿	6.1	1.2	1.3	0.0	1.0	3.2	814

備註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。 本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司  
 本園一律使用國產豬、牛肉食材