

東園附幼暑假公版菜單 -8月

日期	星期	點心	午餐					點心
			主食	主菜	副菜一	青菜	湯品	
8月3日	一	鍋燒意麵 意麵,肉絲,青菜,木耳	芝麻飯	馬鈴薯燉肉 絞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔	番茄炒蛋 蛋,番茄	應青	海芽金菇湯 海帶芽,金針菇	乾拌水餃*5
8月4日	二	皮蛋瘦肉粥 皮蛋,絞肉,高麗菜	五穀飯	蜜汁雞丁 雞丁,地瓜	鮮菇燴花菜 青花菜,鮑菇,紅蘿蔔	應青	味噌湯 豆腐,味噌	水果拼盤
8月5日	三	鮮菇雞湯 雞丁,香菇,凍豆腐	炒烏龍麵+豉汁蒸魚+炒青菜+蘿蔔玉米湯 烏龍麵,肉絲,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+生鮮魚片,豆豉+應青+蘿蔔,玉米粒					芋泥包+鮮乳
8月6日	四	肉燥粉絲湯 冬粉,絞肉,高麗菜,木耳	麥片飯	冬瓜燒肉 肉片,冬瓜	海帶干絲 海帶絲,白干絲,紅蘿蔔	應青	豆薯蛋花湯 豆薯,蛋	水果拼盤
8月7日	五	水煎包	台式打拋肉飯+青菜+鮮瓜豆包湯 絞肉,洋蔥,番茄,九層塔+青菜+鮮瓜,豆包					綠豆西米露 綠豆,西谷米
8月10日	一	台式鹹粥 絞肉,高麗菜,秀珍菇,紅蘿蔔	小米飯	番茄燒肉 肉片,番茄,洋蔥	花生麵筋 水煮花生,油泡,干丁	應青	冬瓜油腐湯 冬瓜,油豆腐	燒賣*3
8月11日	二	古早味米粉湯 粗米粉,青菜,紅蘿蔔,肉絲	胚芽飯	南瓜燒雞 雞丁,南瓜	培根高麗菜 培根,高麗菜	應青	海芽豆腐湯 海帶芽,豆腐	水果拼盤
8月12日	三	餛飩紫菜湯 餛飩,紫菜	玉米蛋炒飯+香酥魚柳條+炒青菜+筍香肉絲湯 玉米粒,蛋,紅蘿蔔,洋蔥+裹粉魚柳條+應青+竹筍,肉絲					黑糖卷+鮮乳
8月13日	四	乾拌麵 黃油麵,綠豆芽,絞肉	燕麥飯	農家小炒 肉絲,黃豆芽,豆干片,紅蘿蔔	關東煮 白蘿蔔,油腐,黑輪	應青	番茄蛋花湯 番茄,蛋	水果拼盤
8月14日	五	饅頭夾蛋 饅頭,蛋	炸醬麵+炒青菜+當歸湯 白油麵,絞肉,洋蔥,香菇+青菜+當歸,大白菜,凍豆腐					紅豆薏仁湯 紅豆,薏仁