**臺北市私立達德兒童課後照顧服務中心113學年度第一學期9月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **一(9/2)** | **二(9/3)** | **三(9/4)** | **四(9/5)** | **五(9/6)** |
| **午餐** | **三色豆炒磨菇****鮮肉蒸蛋****高麗菜炒櫻花蝦****蛤蜊雞湯** |  | **清蒸鱈魚****洋蔥炒蛋****小白菜炒木耳****蘿蔔排骨湯** | **豆干炒肉絲****紅蘿蔔炒蛋****炒地瓜葉****金針海帶肉絲湯** | **三杯雞丁****蝦仁炒蛋****高麗菜炒木耳****南瓜濃湯** |
| **點心** | **蛋餅、牛奶** | **海鮮烏龍麵** | **蘿蔔甜不辣** | **油豆腐細粉** | **吻仔魚粥** |
| **日期** | **一(9/9)** | **二(9/10)** | **三(9/11)** | **四(9/12)** | **五(9/13)** |
| **午餐** | **紅燒豆腐魚片****絞肉烘蛋****炒青江菜****紫菜排骨湯** |  | **高麗菜水餃****滷蛋****鮭魚豆腐味噌湯** | **馬鈴薯紅燒肉****吻仔魚炒蛋****高麗菜炒蕃茄****海帶芽排骨湯** | **麵筋滷肉****魚板蒸蛋****莧菜炒小魚****綠竹筍雞湯** |
| **點心** | **香菇雞絲麵** | **綠豆麥片粥** | **皮蛋瘦肉粥** | **小饅頭、米漿** | **香菇肉絲冬粉** |
| **日期** | **一(9/16)** | **二(9/17)** | **三(9/18)** | **四(9/19)** | **五(9/20)** |
| **午餐** | **馬鈴薯豆干燒肉****蕃茄炒蛋****莧菜炒吻仔魚****香菇雞湯** | **中秋節放假一日** | **毛豆炒肉絲****蛤蜊蒸蛋****高麗菜炒紅蘿蔔****青菜豆腐蛋花湯** | **南瓜豆腐煲****蝦仁炒蛋****炒空心菜****冬瓜排骨湯** | **馬鈴薯燉肉****洋蔥炒蛋****炒地瓜葉****味噌鯛魚豆腐湯** |
| **點心** | **紅豆麥片粥** | **雞絲麵** | **蜂蜜蛋糕、豆漿** | **鮮魚粥** |
| **日期** | **一(9/23)** | **二(9/25)** | **三(9/26)** | **四(9/27)** | **五(9/28)** |
| **午餐** | **豆干滷肉****小魚蒸蛋****高麗菜炒蕃茄****玉米濃湯** |  | **高麗菜水餃****滷蛋****豆腐鮮魚湯** | **五香肉燥****蕃茄炒蛋****炒花椰菜****冬瓜蛤蜊湯** | **豆干炒牛肉絲****蝦仁炒蛋****炒青江菜****南瓜濃湯** |
| **點心** | **肉羹米粉湯** | **蛋餅、豆漿** | **綠豆地瓜粥** | **海鮮麵** | **肉絲海鮮粥** |
| **日期** | **一(9/30)** | **二** | **三** | **四** | **五** |
| **午餐** | **香菇瓜仔肉****洋蔥炒蛋****高麗菜炒木耳****蘿蔔豆腐鱈魚丸湯** |  |
| **點心** | **吻仔魚粥** |
| **◎每日均有時鮮水果，每週主食均有白米、糙米、麵條、地瓜飯…等全穀雜糧類搭配。****◎本中心採用安全食材供應。一律使用國產豬肉牛肉食材。咖哩食材使用日本福岡縣咖哩。****◎本中心提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為調製原則。****◎時蔬：高麗菜、菠菜、地瓜葉、青江菜、莧菜、白菜、花椰菜、空心菜、娃娃菜…等。****◎時令水果：蘋果、香蕉、芭樂、木瓜、小蕃茄、楊桃…等。****◎因季節天氣變化的影響，若因當日的食品在市場上無法供應，其當日的食品由同類的食品來供應。** |