**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8月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **一** | **二** | **三** | **四(8/1)** | | **五(8/2)** |
| **午餐** |  | | | **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**  **魚板蒸蛋**  **高麗菜炒木耳**  **玉米濃湯** |
| **點心** | **油豆腐細粉** | | **廣東粥** |
| **日期** | **一(8/5)** | **二(8/6)** | **三(8/7)** | **四(8/8)** | | **五(8/9)** |
| **午餐** | **豆腐燒鯛魚**  **洋蔥炒蛋**  **空心菜炒磨菇**  **青菜蕃茄蛋花湯** |  | **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**  **洋蔥炒蛋**  **莧菜炒小魚**  **綠竹筍雞湯** |
| **點心** | **綠豆麥片粥** | **香菇雞絲麵** | **皮蛋瘦肉粥** | **小饅頭、米漿** | | **香菇肉絲冬粉** |
| **日期** | **一(8/12)** | **二(8/13)** | **三(8/14)** | **四(8/15)** | | **五(8/16)** |
| **午餐** | **馬鈴薯紅燒肉**  **鮮肉蒸蛋**  **炒菠菜**  **香菇雞湯** |  | **滷海帶豆干**  **洋蔥炒蛋**  **炒花椰菜**  **冬瓜蛤蜊湯** | **毛豆炒肉絲**  **蕃茄炒蛋**  **高麗菜炒紅蘿蔔**  **豆腐鱈魚丸湯** | | **紅燒豆腐魚片**  **絞肉烘蛋**  **炒青江菜**  **紫菜排骨湯** |
| **點心** | **餛飩麵** | **紅豆麥片粥** | **綜合甜不辣** | **肉羹麵** | | **小熱狗、豆漿** |
| **日期** | **一(8/19)** | **二(8/20)** | **三(8/21)** | **四(8/22)** | | **五(8/23)** |
| **午餐** | **紅蘿蔔燒肉**  **吻仔魚炒蛋**  **金針菇炒木耳**  **青菜豆腐蛋花湯** |  | **油豆腐燒滷肉**  **肉絲炒蛋**  **炒花椰菜**  **玉米蛋花湯** | **南瓜豆腐煲**  **絞肉烘蛋**  **炒空心菜**  **香菇雞湯** | | **豆干炒牛肉絲**  **蝦仁炒蛋**  **炒青江菜**  **南瓜濃湯** |
| **點心** | **綠豆地瓜粥** | **肉羹米粉湯** | **雞絲麵** | **肉絲海鮮粥** | | **紅豆地瓜湯** |
| **日期** | **一(8/26)** | **二(8/27)** | **三(8/28)** | **四(8/29)** | | **五(8/30)** |
| **午餐** | **馬鈴薯燉肉**  **蝦仁炒蛋**  **開陽白菜**  **味噌鯛魚豆腐湯** |  | **高麗菜水餃**  **滷蛋**  **豆腐鮮魚湯** | | **青豆炒雞丁**  **魚板蒸蛋**  **高麗菜炒草菇**  **玉米濃湯** | **豆腐燒鯛魚**  **洋蔥炒蛋**  **小白菜炒蘑菇**  **蘿蔔排骨湯** |
| **點心** | **吻仔魚粥** | **奶黃包、牛奶** | **海鮮烏龍麵** | | **油豆腐細粉** | **蘿蔔甜不辣** |
| **◎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、白菜、地瓜葉、青江菜、莧菜、菠菜、花椰菜、娃娃菜、空心菜…等。**  **◎時令水果：蘋果、香蕉、芭樂、木瓜、葡萄、芒果…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。** | | | | | | |