

2026 八月份 林鳳國小附設幼兒園 暑假延長照顧午餐表

日期	主食	主菜	副菜(素)	副菜(素)	湯品(素食)/飲品
8/3(一)	米飯	糖醋咕咾肉	蒜香高麗菜	蛋香海帶芽	蘿蔔湯
食材內容	白米	咕咾肉、小黃瓜洋蔥 甜瓜、番茄醬、細砂 糖、醬油、蒜	蒜、高麗菜	雞蛋、薑、海帶芽	白蘿蔔
8/4(二)	鍋燒意麵				
食材內容	肉絲、雞蛋、白菜、 雞蛋、魚板、紅蘿蔔絲				
8/5(三)	米飯	蔥段爆豬柳 炒豆干	紅蘿蔔炒雞蛋	炒花椰菜	紫菜蛋花湯
食材內容	白米	豬柳、洋蔥、蔥、豆干	紅蘿蔔、雞蛋	蒜、花椰菜	紫菜、雞蛋
8/6(四)	水餃 7 顆				酸辣湯
食材內容	豬肉、高麗菜、餅皮				豆腐、肉絲、紅蘿蔔絲、黑木耳
8/7(五)	米飯	煙燻三節雞翅	清炒南瓜	蒜香莧菜	蟹肉蔬菜湯
食材內容	白米	雞翅	蒜、紫洋蔥、 南瓜、蔥	蒜、莧菜	高麗菜、番茄、蟹肉

8/10(一)	米飯	洋蔥雞腿肉+板豆腐 (親子丼)	炒三絲	悶冬瓜	菇菇白菜湯
食材內容	白米	洋蔥、味淋、醬油、雞 腿肉、雞蛋、板豆腐	豆干絲、紅蘿蔔絲、青 椒絲	蒜、冬瓜、薑	香菇、鴻喜菇、白菜
8/11(二)	炒麵				味增湯
食材內容	肉絲、雞蛋、紅蘿蔔 絲、洋蔥、油麵				豆腐、海帶芽、洋蔥
8/12(三)	米飯	醬燒大阪豬排	滷油豆腐	炒大陸妹	大黃瓜魚丸湯
食材內容	白米	大阪豬排	滷包、油豆腐	蒜、大陸妹	大黃瓜、魚丸