

# 育仁幼兒園 111 學年度第 2 學期 7 月份餐點表

日期		活力早點	營養午餐	精力下午點心
7/3	(一)	紫菜麵線(紫菜, 麵線)	紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔, 雞蛋)、炸豬排(豬排, 酥炸粉)、季節-空心菜、當歸鴨肉湯(當歸包, 鴨肉)、水果-蘋果	黑糖珍珠(黑糖, 黑珍珠)
7/4	(二)	鮮奶饅頭(麵粉, 發粉, 糖)、牛奶(奶粉, 糖)	香腸炒飯(香腸, 雞蛋, 三色豆)、番茄蛋豆腐湯(番茄, 豆腐, 蔥花)	豬肉水餃(豬肉, 高麗菜, 麵粉)
7/5	(三)	麻糬芋圓(麻糬, 芋圓)、決明子茶(決明子)	絞肉鮮豆皮(鮮豆皮, 絞肉)、蒜香海龍(九層塔, 海龍)、絲瓜金針菇(絲瓜, 金針菇)、菠菜豬肝湯(菠菜, 豬肝)、水果-香蕉	玉米蛋花粥(絲瓜, 雞蛋, 米)
7/6	(四)	營養豆花(黃豆, 水, 吉利丁)	絞肉魯丸(絞肉, 魯丸)、咖哩豆腐(咖哩, 豆腐)、蔬菜-杏菜、蒜香蚬仔湯(蒜末, 蚬仔)、水果-西瓜	雞絲麵湯(油雞絲, 麵條, 小白菜)
7/7	(五)	水煎包(麵粉, 蔥花, 豬腳肉, 洋蔥)、味噌湯(味噌, 豆腐)	大滷麵(紅白蘿蔔, 雞蛋, 玉米筍, 木耳, 香菇, 肉羹, 高麗菜)、水果-芭樂	綠豆地瓜(綠豆, 地瓜)
7/10	(一)	鍋燒意麵(意麵, 花捲, 小白菜)	高麗菜豬肉飯(豬肉絲, 高麗菜, 雞蛋, 紅蘿蔔絲)、番茄玉米湯(番茄, 玉米)、水果-蘋果	綜合甜湯(黑白粉圓, 粉角, 仙草, 粉條)
7/11	(二)	蜂蜜蛋糕、阿華田(雞蛋, 麵粉, 阿華田)	香菇瓜子肉(香菇, 花瓜絞肉)、三杯雞(雞肉, 杏胞菇, 九層塔)、蔬菜-高麗菜、蘿蔔排骨湯(蘿蔔, 排骨)、水果-番茄	豇豆粥(豇豆, 絞肉, 白米)
7/12	(三)	豆漿穀片(黃豆, 水, 穀片)	香菇肉燥烏蛋(香菇, 絞肉, 烏蛋)、蒜香海帶芽(蒜香, 海帶芽)、青江菜、冬瓜蛤蠣湯、水果-蘋果	豆芽鹹酥條(豆芽菜, 鹹酥, 油蔥酥, 絞肉)
7/13	(四)	山藥球、麥茶(山藥, 麵粉, 麥子)	海鮮燴飯(竹筍, 花枝, 蝦仁, 蚵肉絲, 高麗菜, 虱目魚丸)、水果-香蕉	黃瓜金雕捲(大黃瓜, 魚漿, 豬肉, 洋蔥)
7/14	(五)	珍珠丸、紫菜湯(糯米, 豬肉, 魚漿, 水, 紫菜)	紅蘿蔔魯麵輪(紅蘿蔔, 麵輪)、番茄炒炒蛋(番茄, 雞蛋)、時蔬-大陸妹、鹹菜鴨肉湯(鹹菜, 鴨肉)、水果-蘋果	八寶芋圓(紅, 綠, 花豆, 芋圓)
7/17	(一)	紫菜蛋花麵線(紫菜, 麵線, 雞蛋)	燒海帶結豆丁(海帶, 絞肉, 豆干)、蔥燒虱目魚柳(蔥, 虱目魚)、蔬菜-高麗菜、金針肉絲湯、水果-番石榴	蔥香粿仔條(油蔥酥, 粿仔條)
7/18	(二)	銀絲卷、養生茶(紅棗, 青旗, 枸杞)	三色蛋(鹹蛋, 皮蛋, 雞蛋)、小黃瓜花枝(小黃瓜, 花枝, 紅蘿蔔)、空心菜、味噌豆腐湯(豆腐, 味噌, 小白菜)、水果-香蕉	素當歸鴨(當歸包, 素鴨)
7/19	(三)	營養豆花(黃豆, 水, 吉利丁)	古早味油飯(三色豆, 魷魚, 肉絲, 香菇, 花生)、蘿蔔玉米排骨湯(蘿蔔, 玉米, 排骨)、水果-西瓜	玉米雞肉粥(玉米粒, 雞胸肉)
7/20	(四)	蔬菜餛飩湯(小白菜, 餛飩)	洋蔥燉肉(洋蔥, 五花肉)、九層塔海茸(九層塔, 海茸)、蒜香高麗菜、黃瓜燕餃湯(大黃瓜, 魚餃, 燕餃)、水果-香蕉	蝦仁豆腐羹(蝦仁, 豆腐, 豬肉絲, 碗豆, 金針菇, 蟹肉棒)
7/21	(五)	芋頭餅、香茅冬瓜(檸檬香茅, 冬瓜露)	毛豆雞丁炒飯(雞胸肉, 毛豆, 紅蘿蔔丁, 洋蔥丁)、竹筍排骨湯(竹筍排骨)、水果-番茄	鯖魚蔬菜麵(鯖魚, 高麗菜)
7/24	(一)	鍋燒意麵(蛋花, 小白菜, 花捲)	花生麵筋(花生, 麵筋絞肉)、番茄炒蛋(番茄, 雞蛋)、時蔬-薑絲小白菜、大黃瓜排骨湯	仙草粉條(仙草, 粉條)
7/25	(二)	黑糖饅頭、豆漿(麵粉, 黑糖, 黃豆, 水)	雙色燒肉(紅白蘿蔔, 豬肉)、生炒花枝(洋蔥, 花枝)、時蔬-絲瓜、牛蒡蛤蠣湯(牛蒡, 蛤蠣, 排骨)、水果-蘋果	糯米腸、黃瓜湯(大黃瓜, 糯米腸)
7/26	(三)	芙蓉玉米濃湯(玉米粒, 火腿丁, 雞蛋液)	咖哩雞肉麵(紅蘿蔔, 洋蔥, 馬鈴薯, 玉米筍, 青豆仁, 雞丁)、水果-西瓜	蝦皮南瓜粥(南瓜, 蝦皮, 絞肉)
7/27	(四)	牛奶麥片(牛奶, 麥片)	醬燒豆筋(絞肉豆皮)、香酥炸肉、時蔬-大陸妹菜、味噌鮮魚湯、水果-香蕉	蘿蔔關東煮(蘿蔔, 米血, 黑輪, 油豆腐)
7/28	(五)	蟹黃燒賣、紫菜湯(豬肉, 魚漿, 玉米, 紫菜)	什錦豬肝炒麵(木耳, 肉絲, 玉米筍, 高麗菜, 紅蘿蔔絲)、冬瓜排骨、水果-蘋果	克林姆林姆麵包、麥茶(克林姆, 麵粉, 大麥)
7/31	(一)	油條丸子湯(油條, 魚丸, 蝦丸)	玉米雞丁炒飯(玉米粒, 三色豆, 雞丁, 雞蛋)、竹筍湯、水果-芭樂	粉圓湯(粉圓, 糖水)

1. 本餐點食譜內容將視幼兒口味, 天氣冷熱隨機調整 2. 餐點及午餐之菜色隨季節幼稚園有更換及變動之權力 3. 幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者, 請事先通知本園或告知班導師 4. 本園一律使用國產豬食材