

育仁幼兒園 113 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
7/1	(二)	南瓜饅頭、香茅冬瓜(南瓜、麵粉、香茅、冬瓜露)	紅白蘿蔔滷肉(紅、白蘿蔔、五花肉)、洋蔥花枝(洋蔥、花枝)、時蔬-杏菜、味噌豆腐湯(味噌、豆腐、蔥)、水果-蘋果	高麗菜鮪魚麵(高麗菜、鮪魚)
7/2	(三)	鍋燒意麵(意麵、花捲、小白菜)	肉燥皇帝豆(豬絞肉、皇帝豆)、蒜香海帶芽(蒜末、海帶芽)、時蔬-高麗菜、芹菜貢丸湯(芹菜、貢丸)、水果-西瓜	蘿蔔關東煮(蘿蔔、黑輪、米血、油豆腐)
7/3	(四)	蝦仁燒賣、紫菜湯(豬肉、魚漿、蝦仁、紫菜)	香腸炒飯(香腸、雞蛋、三色豆)、番茄蛋湯(番茄、豆腐、蔥花)	綠豆地瓜(綠豆、地瓜)
7/4	(五)	營養豆花(黃豆、水、吉利丁)	咖哩豆腐(豆腐、三色豆咖哩)、三色雞柳(小黃瓜、紅、黃椒、雞丁)、時蔬-絲瓜、榨菜肉絲湯(榨菜絲、豬肉絲)、水果-鳳梨	皮蛋瘦肉粥(皮蛋、鹹蛋、豬肉、蔥花)
7/7	(一)	紫米珍珠丸、紫菜湯(黑糯米、豬肉、魚漿、水、紫菜)	洋蔥炒蛋(洋蔥、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)
7/8	(二)	鮮奶饅頭(麵粉、發粉、糖)、牛奶(奶粉、糖)	咖哩豬肉飯(紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、玉米筍、青豆仁、豬肉)、水果-蘋果	雞絲麵湯(油雞絲、麵條、小白菜)
7/9	(三)	蔬菜餛飩湯(小白菜、豬肉、麵粉、蔥)	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	紅豆薏仁(紅豆、小薏仁)
7/10	(四)	豆漿穀片(黃豆、水、穀片)	絞肉魯丸(絞肉、魯丸)、麻婆豆腐(豆腐、甜豆瓣醬)、蔬菜-杏菜、蕈菇肉絲湯(金針菇、肉絲)、水果-西瓜	豬肉水餃(豬肉、高麗菜、麵粉)
7/11	(五)	水煎包(麵粉、蔥花、豬腳肉、洋蔥)、味噌湯(味噌、豆腐)	什錦海鮮炒麵(木耳、肉絲、高麗菜、紅蘿蔔絲、花枝、蝦仁)、鮮筍雞肉湯(竹筍、雞肉)、水果-西瓜	絲瓜粥(絲瓜、絞肉、油蔥酥)
7/14	(一)	麻油麵線(麻油、麵線、雞蛋)	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	豇豆粥(豇豆、絞肉、白米)
7/15	(二)	海綿蛋糕、香茅冬瓜茶(雞蛋、麵粉、冬瓜露、香茅)	香菇瓜子肉(香菇、花瓜絞肉)、三杯雞(雞肉、杏包菇、九層塔)、蔬菜-高麗菜、蘿蔔排骨湯(蘿蔔、排骨)、水果-番茄	擔仔麵(肉燥、油麵、豆芽菜、貢丸)
7/16	(三)	營養豆花(黃豆、水、吉利丁)	香菇肉燥烏蛋(香菇、絞肉、烏蛋)、蒜香海帶芽(蒜香、海帶芽)、蔬菜-青江菜、冬瓜蛤蠣湯、水果-蘋果	豆芽鹹粿條(豆芽菜、鹹粿、油蔥酥、絞肉)
7/17	(四)	油條魚丸湯(油條、魚丸、蝦丸)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、玉米筍、青豆仁、雞丁)、水果-蘋果	黃瓜金雕捲(大黃瓜、魚漿、豬肉、洋蔥)
7/18	(五)	山藥球、麥茶(山藥、麵粉、麥子)	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、竹筍大骨湯(竹筍、大骨)、水果-蘋果	綜合甜湯(黑白粉圓、粉角、仙草、粉條)
7/21	(一)	翡翠小魚粥(翡翠、叻仔魚、米)	洋蔥燉肉(洋蔥、五花肉)、九層塔海茸(九層塔、海茸)、蔬菜-蒜香高麗菜、豆薯蛋花湯(豆薯、雞蛋)、水果-蘋果	仙草粉條(仙草、粉條)
7/22	(二)	芋頭餅、香茅冬瓜(檸檬、香茅、冬瓜露)	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-蘋果	鯖魚蔬菜麵(鯖魚、高麗菜)
7/23	(三)	蘑菇玉米濃湯(蘑菇、玉米粒、三色豆、雞胸肉)	大滷麵(紅白蘿蔔、雞蛋、玉米筍、木耳、香菇、肉羹、高麗菜)、水果-鳳梨	竹筍粥(竹筍、絞肉)
7/24	(四)	小肉包、紫菜湯(麵粉、蔥花、豬腳肉、洋蔥、紫菜)	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-蘋果	八寶芋圓甜湯(芋圓、八寶豆、水)
7/25	(五)	葡萄吐司、冬瓜茶(麵粉、葡萄乾、冬瓜茶)	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-西瓜	蚵仔麵線(蚵、韭菜花、麵線)
7/28	(一)	玉米可樂餅、紫菜湯(玉米、麵粉、紫菜)	肉燥滷蛋(滷蛋、絞肉)、脆皮蝦捲(蝦仁、魚漿)、蒜香大陸妹、蒜香蚬仔湯(蒜香、蚬仔)、水果-蘋果	蝦仁豆腐羹(蝦仁、豆腐、豬肉絲、碗豆、金針菇、蟹肉棒)
7/29	(二)	梅子饅頭、香茅冬瓜(麵粉、梅子粉、香茅、冬瓜露)	魚皮海鮮粥(竹筍、魚皮、魚肉、魚丸、蝦、蛤蠣、肉絲)、水果-西瓜	粉條冬瓜露(粉條、冬瓜露)
7/30	(三)	蔬菜餛飩湯(小白菜、餛飩)	薑片冬瓜(薑片、冬瓜)、海鮮豆腐煲(蝦仁、蟹肉棒、蚵、豆腐)、時蔬-四季豆、蘿蔔貢丸湯(蘿蔔、貢丸)、水果-蘋果	玉米蛋花粥(絲瓜、雞蛋、米)

7/31	(四)	甜甜圈、菊花茶(麵粉.油.糖.菊花)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞丁)、水果-蘋果	土魷魚羹麵(土魷魚塊.麵.山東白)
<p>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兒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(例如: 甲殼類、花生、牛奶、蛋等), 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</p>				