

育仁幼兒園 114 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	(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、黃瓜火鍋料湯(黃瓜.綜合火鍋料)、水果-西瓜	蘿蔔關東煮(蘿蔔.黑輪.米血.油豆腐)
7/2	(四)	香菇燒賣、紫菜湯(豬肉.魚漿.香菇.紫菜)	蔬菜肉羹飯(竹筍.金針菇.花枝.蚵.肉羹.魚丸)、水果-蘋果	蔬菜肉羹飯(竹筍.金針菇.花枝.蚵.肉羹.魚丸)、水果-蘋果
7/3	(五)	蔬菜肉羹飯(竹筍.金針菇.花枝.蚵.肉羹.魚丸) 水果-蘋果	蔬菜肉羹飯(竹筍.金針菇.花枝.蚵.肉羹.魚丸) 水果-蘋果	皮蛋瘦肉粥(皮蛋.鹹蛋.豬肉.蔥花)
7/6	(一)	麻油麵線(麻油.麵線.雞蛋)	洋蔥炒蛋(洋蔥.雞蛋)、黃金魚塊(旗魚.麵包粉)季節-空心菜、當歸鴨肉湯(當歸包.鴨肉)、水果-蘋果	紅豆麥片
7/7	(二)	方塊蛋糕、養生茶(麵粉.雞蛋.發粉枸杞.青旗)	毛豆雞丁炒飯(雞胸肉.毛豆.紅蘿蔔丁.洋蔥丁)、竹筍大骨湯(竹筍.大骨)、水果-西瓜	豬肉水餃(豬肉.高麗菜.麵粉)
7/8	(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	地瓜綠豆(地瓜.綠豆)
7/9	(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、黃瓜鱈魚丸、水果-蘋果	鴨肉麵羹(鴨肉.筍絲..木耳)
7/10	(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-小玉	絲瓜粥(絲瓜.絞肉.油蔥酥)
7/13	(一)	紫米珍珠丸、紫菜湯(黑糯米.豬肉.魚漿.水.紫菜)	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	豇豆粥(豇豆.絞肉.白米)
7/14	(二)	蘇打餅豆漿(蘇打餅乾.豆漿)	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	土魷魚羹麵(土魷魚塊.麵.山東白菜)
7/15	(三)	奶皇包、養生茶(雞蛋.奶油.麵粉.枸杞.青旗)	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	蔬菜雞絲麵(魚板小白菜.雞蛋.雞絲麵)
7/16	(四)	蔬菜雞絲麵(魚板小白菜.雞蛋.雞絲麵)	蔬菜雞絲麵(魚板小白菜.雞蛋.雞絲麵)	蔬菜雞絲麵(魚板小白菜.雞蛋.雞絲麵)
7/17	(五)	山藥球、麥茶(山藥.麵粉.麥子)	紅蘿蔔魯麵輪(紅蘿蔔.麵輪)、番茄炒蛋(番茄.雞蛋)、時蔬-大陸妹、竹筍大骨湯(竹筍.大骨)、水果-小玉	冬瓜粉條(粉條.冬瓜茶)
7/20	(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-蒜香絲瓜、豆薯蛋花湯(豆薯.雞蛋)、水果-蘋果	仙草粉條(仙草.粉條)
7/21	(二)	芋頭餅、豆漿(芋頭.餅乾.豆漿)	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)
7/22	(三)	蘑菇玉米濃湯(蘑菇.玉米粒.三色豆.雞胸肉)	紅燒豆菊(豆菊.醬油.紅蘿蔔丁)、栗子南瓜酥(栗子南瓜.炸粉)、蔬菜-高麗菜、味噌鮮魚湯(味噌.旗魚.蔥)、水果-西瓜	竹筍粥(竹筍.絞肉.)
7/23	(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-香蕉	八寶芋圓甜湯(芋圓.八寶豆.水)
7/24	(五)	葡萄吐司冬瓜茶(麵粉.葡萄乾.冬瓜茶)	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	蚵仔麵線(蚵.韭菜花.麵線)
7/27	(一)	擔仔麵(油麵.絞肉.豆芽菜)	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-火龍果	蝦仁豆腐羹(蝦仁.豆腐.豬肉絲.碗豆.金針菇.蟹肉棒)
7/28	(二)	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	玉米蛋花粥(絲瓜.雞蛋.米)
7/29	(三)	珍珠丸、豆薯湯(絞肉.蔥花.高麗菜.豆薯)	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-西瓜	魚丸冬粉(魚丸.冬粉.小白菜)
7/30	(四)	梅子饅頭、豆漿(麵粉.梅子粉..黃豆.水)	魚皮海鮮粥(竹筍.魚皮.魚肉.魚丸.蝦.蛤蠣.肉絲)、水果-香蕉	綜合甜湯(黑白粉圓.粉角.仙草.粉條)
7/31	(五)	牛奶玉米片(牛奶.玉米片)	大滷麵(紅白蘿蔔.雞蛋..玉米筍.木耳..香菇.肉羹.高麗菜)、水果-香蕉	克林姆麵包、麥茶(克林姆.麵粉.大麥)
		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		