

臺南市私立傑仕堡幼兒園 114 學年度第二學期 115.6 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	(一)	餛飩湯(餛飩.小白菜)	當歸排骨麵線(麵線.排骨.薑絲.雞蛋.青江菜.當歸料理包)	西瓜	台式馬卡龍(奶油.麵粉.糖)	●	●	●	●
2	(二)	饅頭+豆漿	白飯,芹菜豆干,炒青江菜,冬瓜肉片湯(白米,冬瓜,芹菜,豆干,豬肉,青江菜)	香蕉	關東煮(黑輪.花枝丸.白蘿蔔)	●	●	●	●
3	(三)	蔥香麵線(油蔥酥,高麗菜,麵線)	白飯、蔥爆雞丁、蒜香花椰菜、紫菜蛋花湯(白米、雞肉、花椰菜、紫菜、雞蛋)	蘋果	綠豆粉圓湯(綠豆.粉圓.紅糖)	●	●	●	●
4	(四)	奶酥吐司+豆漿(奶酥醬、吐司)	餛飩湯麵(餛飩.肉燥.韭菜.豆芽菜)	蘋果	五穀粥(紅棗.紅豆.薏仁)	●	●	●	●
5	(五)	鮮菇雞肉粥(鴻喜菇,紅蘿蔔,雞肉,白米)	酸辣湯餃(豬肉水餃,紅蘿蔔絲,豬肉絲,豆腐,蛋)	芭樂	甜甜圈+決明子茶	●	●	●	●
8	(一)	台式米苔目(韭菜,香菇,肉燥.米苔目)	五穀飯.鮮菇燒雞,豆腐燴蛋,青江菜,黃瓜肉片湯(大黃瓜,鴻喜菇,洋蔥,雞肉,豆腐,雞蛋.五穀米)	香蕉	蛋花小米粥(雞蛋,小米)	●	●	●	●
9	(二)	菠菜吻魚粥(菠菜.吻仔魚)	古早味炒米粉(木耳.紅蘿蔔.高麗菜.肉絲.香菇.南瓜).瓜仔湯	蘋果	紅豆湯(紅豆.紅糖)	●	●	●	●
10	(三)	草莓吐司+牛奶(草莓醬、吐司)	五穀飯、紅燒魚片、蛤蜊絲瓜、薑絲魚片湯(魚片、蛤蜊、絲瓜、雞肉.薑絲)	鳳梨	魚丸麵(虱目魚丸、油麵)	●	●	●	●
11	(四)	雞肉滑蛋粥(雞蛋.雞肉條.蒜頭酥.玉米)	鍋燒雞絲麵(肉絲,魚板,小白菜,花枝,火腿片,雞蛋)	西瓜	藍莓麵包+麥茶	●	●	●	●
12	(五)	杯子蛋糕+牛奶	白飯,鮮蔬雞丁,絲瓜滑蛋,油菜,蘿蔔排骨湯(白米.小黃瓜.雞肉.)	香瓜	擔仔麵(油菜,豬肉,韭菜,麵條)	●	●	●	●
15	(一)	客家粿仔條(韭菜,豆芽菜,粿條)	白飯,香菇滷冬瓜,芹菜炒甜不辣,紫菜蛋花湯(香菇,冬瓜,芹菜,甜不辣,紫菜,雞蛋)	香蕉	蔬菜粥(高麗菜,玉米,紅蘿蔔,高湯)	●	●	●	●
16	(二)	銀絲卷+豆漿	香菇肉燥麵(香菇.肉燥.滷蛋.豆干.豆芽菜)	蘋果	玉米蔬菜粥(玉米,高麗菜,白米)	●	●	●	●
17	(三)	蘿蔔糕湯(韭菜,香菇,豆芽,蘿蔔糕)	白飯、鮮菇豬肉,蒜炒青花菜,黃瓜肉片湯(大黃瓜,鴻喜菇,洋蔥,豬肉,豆	芭樂	虎皮蛋糕+麥茶	●	●	●	●

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			腐, 雞蛋, 青花菜)						
18	(四)	黑糖饅頭+豆漿	當歸排骨麵線(麵線) 排骨, 薑絲, 雞蛋, 青江菜, 當歸料理包	芭樂	翡翠豆腐羹 (菠菜, 豆腐)	●	●	●	●
22	(一)	台式鹹粥(豬絞肉, 香菇, 白米)	白飯, 菜頭滷油豆腐, 蒜香油菜, 薑絲蛤礮湯(菜頭, 油豆腐, 油菜, 薑絲, 蛤礮)	香瓜	草莓吐司+麥茶(草莓醬、吐司)	●	●	●	●
23	(二)	絲瓜麵線(菜瓜, 紅蘿蔔, 麵線)	紅醬義大利筆管麵(蘑菇、紅蘿蔔、花椰菜)	蘋果	檸檬愛玉凍 (愛玉凍、紅糖)	●	●	●	●
24	(三)	鮮奶饅頭+豆漿	打拋豬肉飯, 蝦米高麗菜, 番茄蛋花湯(紅蘿蔔, 玉米, 豬肉, 九層塔, 白米, 牛番茄, 高麗菜, 蝦米, 雞蛋)	蘋果	營養蔬菜粥 (白米, 高麗菜, 玉米)	●	●	●	●
25	(四)	小籠包+麥茶	咖哩烏龍麵(烏龍麵, 高麗菜, 香菇, 洋蔥, 肉絲, 紅蘿蔔絲)、枸杞雞湯(枸杞, 雞肉)	芭樂	米血蘿蔔湯 (米血、白蘿蔔)	●	●	●	●
26	(五)	南瓜粥(南瓜、白米)	什錦炒飯, 金針排骨湯(洋蔥、紅蘿蔔, 黑木耳, 豬肉, 麵條、金針、排骨)	香蕉	玉米濃湯 (玉米, 雞肉絲, 蛋)	●	●	●	●
29	(一)	絲瓜蛋麵線(絲瓜、雞蛋、麵線)	胚芽飯、什錦蔬菜、紅蘿蔔炒蛋、蒜香空心菜、雞高湯(胚芽米, 蘿蔔、蛋、空心菜、雞骨, 蒜, 空心菜, 玉米, 小黃瓜)	鳳梨	小肉包	●	●	●	●
30	(二)	玉米脆片+牛奶	日式味噌拉麵(拉麵) 雞蛋, 花椰菜, 洋蔥, 豬肉絲, 味噌	鳳梨	沙拉蛋吐司	●	●	●	●

\*本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。

\*每月餐點內容物偶遇季節氣候因數而做滾動式調整。

\*本園餐點食材盡不食用加工性食品。

\*本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

