天主教 母心 幼兒園 七 月份營養餐點表 111.7.1-111.7.31

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 下午點心 | 餐點類別檢核 |
| 全穀根筋類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 五 | 蔬菜麵 | 五穀飯、蠔油魚片、洋蔥蛋、時令青菜、蘿蔔魚丸湯、季節水果 | 紅豆粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 4 | 一 | 南瓜粥 | 五穀飯、茄汁豬肉、滷豆干、時令青菜、筍絲大骨湯、季節水果 | 綠豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 5 | 二 | 台式鹹粥 | 五穀飯、木須肉絲、滷麵筋、時令青菜、鮪魚炒蛋、季節水果 | 味噌拉麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6 | 三 | 餛飩麵 | 什錦肉絲炒飯、蘿蔔貢丸湯、季節水果 | 八寶冬粉湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 7 | 四 | 瘦肉粥 | 五穀飯、紅燒小排、蔥花蛋、時令青菜、金針湯、季節水果 | 畢業典禮 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 8 | 五 | 雞絲麵 | 五穀飯、炒三鮮、西芹炒豆皮、開陽白菜、金針湯、季節水果 | 紫米甜粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 11 | 一 | 滑蛋雞肉粥 | 五穀飯、紅糟肉、木耳麵腸、時令青菜、榨菜肉絲湯、季節水果 | 麵疙瘩 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 12 | 二 | 雞絲麵 | 五穀飯、糖醋里肌肉、滷蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果 | 芋頭西米露 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 13 | 三 | 紅豆紫米粥 | 什錦燴飯、蘑菇濃湯、季節水果 | 鹹粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 14 | 四 | 日式拉麵 | 五穀飯、茄汁雞柳條、蒸蛋、時令青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果 | 紅豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 15 | 五 | 蘿蔔糕湯 | 五穀飯、素瓜子肉、燙綠花椰菜、時令青菜、大黃瓜排骨湯、季節水果 | 芋圓地瓜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 18 | 一 | 湯餃 | 五穀飯、蔥燒肉絲、高麗菜滷、時令青菜、玉米排骨湯、季節水果 | 饅頭、牛奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 19 | 二 | 大滷麵 | 五穀飯、滷肉、菇燒烤麩、時令青菜、冬瓜排骨湯、季節水果 | 什錦粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 20 | 三 | 烏龍麵 | 雞丁蔬食炒飯、豆腐蔬菜湯、季節水果 | 竹筍粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 21 | 四 | 魚丸冬粉湯 | 五穀飯、蘿蔔燉肉、三杯菇、時令青菜、玉米大骨湯、季節水果 | 仙草 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 22 | 五 | 香菇蔬菜粥 | 五穀飯、味噌燒魚、洋蔥炒蛋、時令青菜、海鮮羹、季節水果 | 葡萄吐司.麥茶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 25 | 一 | 榨菜肉絲麵 | 五穀飯、香菇肉燥、蔥香海帶、時令青菜、蔬菜湯、季節水果 | 紅豆紫米粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 26 | 二 | 什錦麵 | 五穀飯、馬鈴薯燒肉、螞蟻上樹、時令青菜、蘿蔔香菇湯、季節水果 | 綠豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 27 | 三 | 香菇意麵 | 咖哩鮮蔬飯、玉米濃湯、季節水果 | 油豆腐細粉 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 28 | 四 | 玉米雞肉粥 | 五穀飯、青椒炒肉片、蒸蛋、時鮮青菜、玉米筍排湯、季節水果 | 小籠包、豆漿 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 29 | 五 | 玉米濃湯麵 | 夏威夷炒飯、大黃瓜湯、季節水果 | 芋頭粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

* 每月青菜、水果以應時產季隨機調配。
* 本園依餐點表提供幼兒餐點,如遇特殊情況將會彈性調整。
* 本園一律使用國產豬肉.牛肉食材。 承辦人 : 林純安 園長 : 李佳馨
* 本園未使用輻射污染食品