財團法人天主教會台北教區附設新北市私立母心幼兒園113年7月營養餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 下午點心 | | 餐點類別檢核 | | | |
| 全榖雜糧類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 一 | 蔬菜麵 | 玉米洋蔥炒飯、蘿蔔魚丸湯、季節水果 | 吻魚粥 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 2 | 二 | 雞絲麵 | 糙米飯、紅燒豆腐、香菇滷肉、時令青菜、蘋果瘦肉湯、季節水果 | 綠豆湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3 | 三 | 芋頭鹹粥 | 糙米飯、洋蔥肉片、滷麵筋、時令青菜、海帶芽湯、季節水果 | 餛飩湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 4 | 四 | 吐司、豆漿 | 高麗菜肉醬麵、蘿蔔貢丸湯、季節水果 | 山藥瘦肉粥 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 5 | 五 | 玉米脆片、牛奶 | 糙米飯、紅燒肉、滷小豆干、時令青菜、金針排骨湯、季節水果 | 綠豆湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 8 | 一 | 蔬菜滑蛋粥 | 義大利肉醬麵、雙色花椰菜、白菜湯、季節水果 | 紫米粥 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 9 | 二 | 南瓜粥 | 滷肉飯、時令青菜、榨菜肉絲湯、季節水果 | 麵疙瘩 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 10 | 三 | 蘿蔔糕湯 | 糙米飯、香蔥吻仔魚、番茄炒蛋、時令青菜、蘑菇濃湯、季節水果 | 芋頭西米露 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 11 | 四 | 蔬菜鮪魚粥 | 什錦燴飯、紫菜蛋花湯、季節水果 | 關東煮 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 12 | 五 | 米粉湯 | 糙米飯、雞丁炒玉米、芹香豆乾片、時令青菜、番茄排骨湯、季節水果 | | 紅豆湯 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 15 | 一 | 香菇肉絲麵 | 糙米飯、瓜子肉、燙綠花椰菜、時令青菜、番茄蔬菜湯、季節水果 | | 仙草蜜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 16 | 二 | 大滷麵 | 糙米飯、馬鈴薯燒肉、高麗菜滷、時令青菜、大黃瓜排骨湯、季節水果 | 綠豆湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 17 | 三 | 什錦粥 | 糙米飯、香菇滷肉、紅燒油豆腐、時令青菜、薑絲冬瓜湯、季節水果 | 紫米粥 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 18 | 四 | 吐司、豆漿 | 番茄蛋炒飯、香菇雞湯、季節水果 | 味噌拉麵 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 19 | 五 | 玉米粥 | 糙米飯、蘿蔔燉肉、三杯菇、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果 | 芋圓地瓜圓湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 22 | 一 | 玉米脆片、牛奶 | 、時令青菜、玉米大骨湯、季節水果 | 地瓜湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 23 | 二 | 魚丸冬粉 | 香菇肉燥、紅燒豆腐、時令青菜、竹筍排骨湯、季節水果 | 榨菜肉絲麵 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 24 | 三 | 什錦麵 | 糙米飯、紅燒肉、滷豆干、時令青菜、香菇貢丸湯、季節水果 | 紅豆湯 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 25 | 四 | 芋頭鹹粥 | 咖哩鮮蔬雞肉飯、玉米濃湯、季節水果 | 油豆腐細粉 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 26 | 五 | 客家粄條 | 糙米飯、青椒炒肉片、甜不辣炒黃瓜、時令青菜、玉米子排湯、季節水果 | 吻仔魚粥 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 29 | 一 | 絲瓜麵線 | 糙米飯、薑汁肉片、紅燒豆腐、時令青菜、榨菜肉絲湯、季節水果 | 蕃茄麵 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 30 | 二 | 吐司、豆漿 | 吻仔魚蛋炒飯、海帶芽排骨湯、時令青菜、季節水果 | 鮪魚拉麵 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 31 | 三 | 日式烏龍麵 | 糙米飯、瓜仔肉、紅燒豆腐、時令青菜、大黃瓜排骨湯、季節水果 | 關東煮 | | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

★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，如遇特殊狀況將會調整。 承辦人： 林純安 園長：李佳馨

★本園一律使用國產豬肉.牛肉。

★本園未使用輻射污染食品