

## 114年 6月份菜單

日期	上午點心	午 餐	下午點心	全穀 根莖類	肉蛋 豆魚	蔬菜 類	水果
6/2(一)	絲瓜粥(絲瓜、白米飯)	翡翠蛋炒飯(白米飯、青菜、紅蘿蔔、玉米粒、雞蛋)、豆薯湯、鳳梨	仙草蜜	○	○	○	○
6/3(二)	青菜餛飩湯(小白菜、餛飩)	白米飯+糙米飯、毛豆雞丁(毛豆、紅蘿蔔丁、雞胸肉)、白菜魯(大白菜、香菇、紅蘿蔔絲、木耳絲)、炒油菜、胡瓜湯、火龍果	蛋花麵線	○	○	○	○
6/4(三)	玉米濃湯(玉米粒、玉米醬、雞蛋)	擔仔湯麵(肉燥、油豆腐、豆芽菜、油麵、貢丸)、火龍果	黑糖饅頭、冬瓜茶	○	○	○	○
6/5(四)	麥片牛奶(麥片、奶粉)	白米飯+糙米飯、麻婆豆腐(豆腐、豆瓣醬、豬絞肉)、黃瓜鮮菇(大黃瓜、袖珍菇)、炒尼龍菜、貢丸蘿蔔湯、火龍果	三絲豆腐羹(木耳絲、豆腐、金針菇、紅蘿蔔絲)	○	○	○	○
6/6(五)	生日蛋糕、菊花茶	大滷麵(肉羹、白蘿蔔、紅蘿蔔、大白菜、黑木耳、關廟麵)、火龍果	地瓜甜湯	○	○	○	○
6/9(一)	地瓜粥(地瓜、白米飯)、素肉鬆	南瓜米粉(南瓜、高麗菜、黑木耳、紅蘿蔔、香菇、米粉、雞蛋)、雙菇湯、火龍果	八寶粥(紅豆、綠豆、薏仁、麥片)	○	○	○	○
6/10(二)	豆漿、五彩穀球	白米飯+糙米飯、木耳高麗菜(木耳絲、紅蘿蔔絲、高麗菜)、炒豆干肉絲(豆干片、豬肉絲)、炒青江菜、芹菜魚丸湯、火龍果	小肉包、麥茶	○	○	○	○
6/11(三)	蛋花雞絲麵(雞蛋、雞絲麵)	義大利肉醬麵(通心麵、豬絞肉、紅蘿蔔、玉米粒、番茄醬)、冬瓜湯、木瓜	關東煮(白蘿蔔、紅蘿蔔、黑輪)	○	○	○	○
6/12(四)	馬鈴薯濃湯(馬鈴薯、三色豆、奶粉)	白米飯+糙米飯、芹香豆包(芹菜、豆包)、炒油菜、瓜仔肉燥(黑瓜、絞肉)、紫菜湯、木瓜	紅豆湯	○	○	○	○
6/13(五)	鹹粥(白米飯、高麗菜、肉絲)	什錦炒烏龍(豬肉絲、高麗菜、三色豆、香菇、紅蘿蔔、烏龍麵)、味噌豆腐湯(味噌、豆腐)、木瓜	奶油餐包、枸杞茶	○	○	○	○
6/16(一)	油豆腐細粉(油豆腐、冬粉)	螞蟻上樹(冬粉、紅蘿蔔、香菇、高麗菜、木耳絲、豆包)、玉米海帶結湯、木瓜	愛玉杏仁凍甜湯	○	○	○	○
6/17(二)	蘿蔔糕湯	白米飯+糙米飯、蔥爆肉絲(豬肉絲、洋蔥)、紅蘿蔔炒蛋(雞蛋、紅蘿蔔)炒尼龍白菜、薑絲蚬仔湯、木瓜	麵線羹(紅麵線、雞蛋)	○	○	○	○
6/18(三)	雞蛋豆腐羹(豆腐、雞蛋、紅蘿蔔絲)	日式湯麵(柴魚片、黃油麵、豬肉絲、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔絲、洋蔥)、木瓜	米苔目湯(芹菜、米苔目、油蔥酥)	○	○	○	○
6/19(四)	雞肉玉米粥(雞肉、玉米醬、白米飯)	白米飯+糙米飯、番茄豆腐(大番茄、豆腐、番茄醬)、四季豆炒絞肉(四季豆、豬絞肉)、炒豆芽、味噌海帶芽湯(味噌、海帶芽)、鳳梨	三絲丸子羹湯(紅蘿蔔絲、金針菇、貢丸、香菇絲)	○	○	○	○
6/20(五)	香菇肉羹湯(豬肉羹、香菇、筍絲、雞蛋)	皮蛋瘦肉粥(白米飯、豬肉絲、皮蛋、鹹鴨蛋、青豆仁、高麗菜)、鳳梨	芹菜甜不辣湯	○	○	○	○
6/23(一)	叻仔魚粥(叻仔魚、白米飯、莧菜)	蕃茄蛋炒飯(紅蘿蔔、番茄醬、雞蛋、高麗菜、青豆仁)、白蘿蔔湯、鳳梨	草莓饅頭、枸杞茶	○	○	○	○
6/24(二)	粿仔條湯(粿仔條、韭菜、豆芽菜)	白米飯+糙米飯、紅燒獅子頭(豬絞肉、紅蘿蔔)、三杯杏鮑菇頭(九層塔、老薑片、杏鮑菇頭)、炒高麗菜、青菜豆腐湯(豆腐、小白菜)、鳳梨	白菜水餃湯(小白菜、水餃)	○	○	○	○
6/25(三)	地瓜粥(地瓜、白米飯)、素肉鬆	什錦燴麵(關廟麵、高麗菜、豬肉絲、貢丸、香菇、青豆仁)、鳳梨	綠豆湯	○	○	○	○
6/26(四)	豆漿、玉米脆片	白米飯+糙米飯、香煎旗魚、滷味(百頁豆腐、豆干、海帶結)、炒青江菜、冬瓜湯、鳳梨	葡萄乾饅頭、菊花茶	○	○	○	○
6/27(五)	枸杞小米粥(枸杞、小米)	鍋燒意麵(魚丸、小白菜、雞蛋、意麵、豬肉絲)、鳳梨	白木耳枸杞甜湯(白木耳、枸杞)	○	○	○	○
6/30(一)	三絲冬粉(木耳絲、金針菇、紅蘿蔔絲、冬粉)	什錦炒飯(香菇、高麗菜、三色豆、白米飯、雞蛋、素火腿)、竹筍湯、鳳梨	草莓吐司、決明子茶	○	○	○	○

說明：1. 本餐點內容將視幼兒口味、天氣冷熱以及當季蔬果適時調整。

2. 若幼兒對某些食物有過敏，請通知本園。

3. 每逢週二、週四午餐的白飯有添加糙米。

4. 本園選用健康、營養、自然不含咖啡因的食物，且在烹調過程中，不添加任何味精。

5. 豆漿由本園自行磨豆製成。

6. 本園一律使用國產豬肉。