

115年 6月份菜單

日期	上午點心	午 餐	下午點心	全	肉	蔬	水
				穀	蛋	菜	果
				根	豆	類	類
				類	魚		
6/1(一)	玉米濃湯(玉米粒、玉米醬、雞蛋)	番茄蛋炒飯(番茄醬、高麗菜、三色豆、青豆仁、白米飯、雞蛋)、芹菜蘿蔔湯(芹菜、白蘿蔔)、鳳梨	絲瓜麵線(絲瓜、白麵線)	○	○	○	○
6/2(二)	叻仔魚粥(叻仔魚、白米飯、莧菜)	白米飯+糙米飯、菜豆炒肉絲(菜豆、豬肉絲)、金沙南瓜(南瓜、鹹蛋)、炒空心菜、紫菜湯、鳳梨	地瓜甜湯	○	○	○	○
6/3(三)	黑糖小饅頭、豆漿	什錦炒麵(豬肉絲、高麗菜、黑木耳、紅蘿蔔、香菇、油麵)、青菜蛋花湯(小白菜、雞蛋)、木瓜	浮水魚羹(魚羹、筍絲、雞蛋)	○	○	○	○
6/4(四)	蘿蔔糕湯(蘿蔔糕、芹菜)	白米飯+糙米飯、玉米炒蛋(玉米、雞蛋)、醬滷冬瓜肉(薑絲、冬瓜、絞肉)、炒油菜、金針花湯、木瓜	仙草凍甜湯	○	○	○	○
6/5(五)	生日蛋糕、麥茶	鮭魚蛋炒飯(白米飯、玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋、鮭魚罐)、什錦蔬菜湯(小白菜、高麗菜、洋蔥)、木瓜	葡萄乾饅頭、紅棗茶	○	○	○	○
6/8(一)	馬鈴薯濃湯(馬鈴薯、奶粉、三色豆)	螞蟻上樹(冬粉、紅蘿蔔、香菇、高麗菜、木耳絲、雞蛋)、玉米海帶結湯(玉米粒、海帶結)、木瓜	菠蘿麵包、洛神花茶	○	○	○	○
6/9(二)	餛飩湯(餛飩、小白菜)	白米飯+糙米飯、滷油豆腐肉燥(豬絞肉、油豆腐)、黃瓜鮮菇(大黃瓜、袖珍菇)、炒青江菜、薑絲海帶芽湯、木瓜	紅豆湯	○	○	○	○
6/10(三)	牛奶小饅頭，冬瓜茶	日式湯麵(肉燥、貢丸、豆芽菜、白油麵、柴魚片)、木瓜	米苔目湯(芹菜、米苔目、油蔥酥)	○	○	○	○
6/11(四)	香菇肉羹湯(豬肉羹、香菇、筍絲、雞蛋)	白米飯+糙米飯、木耳高麗菜(木耳絲、紅蘿蔔絲、高麗菜)、炒三絲(豆干絲、芹菜、紅蘿蔔絲)、蔥爆肉絲(洋蔥、豬肉絲)、薑絲蚬仔湯(薑絲、蚬仔)、火龍果	關東煮(白蘿蔔、紅蘿蔔、黑輪)	○	○	○	○
6/12(五)	雞肉玉米粥(雞肉、玉米醬、白米飯)	義大利肉醬麵(通心麵、豬絞肉、三色豆、玉米粒、番茄醬、洋蔥)、番茄蔬菜湯(牛番茄、高麗菜)、火龍果	黑糖小饅頭、枸杞茶	○	○	○	○
6/15(一)	枸杞小米粥(枸杞、小米)	翡翠炒飯(白米飯、青江菜、三色豆、雞蛋、紅蘿蔔)、味噌豆腐湯(味噌、豆腐)、火龍果	雞蛋豆腐羹(豆腐、雞蛋、紅蘿蔔絲)	○	○	○	○
6/16(二)	豆漿、五彩穀球	白米飯+糙米飯、三杯杏鮑菇頭(九層塔、薑片、杏鮑菇頭)、炒高麗菜、紅燒獅子丸(紅蘿蔔、豬絞肉)、魚丸湯、火龍果	白蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、貢丸)	○	○	○	○
6/17(三)	雞蛋豆腐羹(豆腐、雞蛋、紅蘿蔔絲)	什錦魚羹麵(關廟麵、大白菜、魚羹、香菇、紅蘿蔔、雞蛋)、火龍果	蔥花捲、決明子茶	○	○	○	○
6/18(四)	奶酥餐包、冬瓜茶	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)、炒油菜、紫菜湯、火龍果	綠豆湯	○	○	○	○
6/19(五)端午節							
6/22(一)	地瓜粥(地瓜、白米飯)、素肉鬆	乾炒粿仔條(粿仔條、豆包、高麗菜、雞蛋、香菇、紅蘿蔔)、豆薯湯、蘋果	白木耳枸杞甜湯(白木耳、枸杞)	○	○	○	○
6/23(二)	三絲冬粉(木耳絲、金針菇、紅蘿蔔絲、冬粉)	白米飯+糙米飯、醬燒豆包、毛豆雞丁(毛豆、紅蘿蔔丁、雞胸肉)、炒小白菜、白椰菜湯、蘋果	小肉包、麥茶	○	○	○	○
6/24(三)	青菜湯餃(小白菜、水餃)	皮蛋瘦肉粥(白米飯、豬肉絲、皮蛋、鹹鴨蛋、青豆仁、高麗菜)、蘋果	米苔目湯(芹菜、米苔目、油蔥酥)	○	○	○	○
6/25(四)	麥片牛奶(麥片、奶粉)	白米飯+糙米飯、香煎旗魚、滷味(百頁豆腐、豆皮、海帶結)、炒青江菜、冬瓜湯、蘋果	雙色小饅頭、洛神花茶	○	○	○	○
6/26(五)	絲瓜粥(絲瓜、白米飯)	鍋燒意麵(魚丸、小白菜、雞蛋、意麵、豬肉絲)、蘋果	果醬吐司、菊花茶	○	○	○	○
6/29(一)	紅豆餐包、牛奶	什錦炒飯(香菇、高麗菜、三色豆、白米飯、雞蛋、豆包)、竹筍湯、鳳梨	薑片麵線湯(香油、白麵線、老薑片)	○	○	○	○
6/30(二)	蛋花雞絲麵(雞蛋、雞絲麵)	白米飯+糙米飯、紅蘿蔔炒蛋、三杯雞(老薑片、洋蔥、雞肉、九層塔)、炒油菜、白蘿蔔湯、鳳梨	八寶粥(紅豆、綠豆、薏仁、麥片)	○	○	○	○

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。