

115年 6月 營養餐點表 (每日均附水果)

日期	星期	上午點心	美味午餐 (本園一律使用國產豬肉，請安心食用)	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	蛋豆魚肉類	蔬菜類	水果類
1	一	什錦蛋花粥	胚芽米飯+ 薑絲魚片+ 雙色玉米+ 鮮炒時蔬+ 味噌海芽湯	肉燥意麵	√	√	√	√
2	二	客家板條	胚芽米飯+ 榨菜肉絲+ 杏鮑菇炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 金針排骨湯	芋頭米粉湯	√	√	√	√
3	三	芋泥包+豆漿	義大利肉醬麵 (蘑菇醬+洋蔥+豬絞肉+番茄) - 玉米蛋花湯	檸檬愛玉	√	√	√	√
4	四	蛋花麵線	胚芽米飯+ 梅干肉+ 家常豆腐+ 鮮炒時蔬+大黃瓜魚羹湯	玉米雞蓉粥	√	√	√	√
5	五	蔬菜冬粉湯	咖哩雞肉飯 (雞丁+馬鈴薯+紅蘿蔔+洋蔥) + 竹筍排骨湯	杯子蛋糕+麥茶	√	√	√	√
8	一	金瓜米粉湯	胚芽米飯+ 塔香雞丁+ 甜條小黃瓜+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔排骨湯	蔬菜湯餃	√	√	√	√
9	二	雞蛋饅頭+牛奶	胚芽米飯+ 瓜仔肉+ 三色玉米+ 鮮炒時蔬+ 味噌豆腐湯	皮蛋瘦肉粥	√	√	√	√
10	三	肉絲粉絲湯	什錦炒板條 (肉絲+香菇+紅蘿蔔+高麗菜) + 冬瓜蛤蜊湯	紅豆薏仁湯	√	√	√	√
11	四	蔬菜瘦肉粥	胚芽米飯+蔥爆吻仔魚+ 洋蔥炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 玉米排骨湯	什錦意麵	√	√	√	√
12	五	日式烏龍麵	胚芽米飯+冬瓜燴豬肉+芹菜炒腐皮+ 鮮炒時蔬+ 紫菜蛋花湯	綠豆蒜西米露	√	√	√	√
15	一	蔬菜粉絲湯	胚芽米飯+玉米燴雞丁+ 螞蟻上樹+ 鮮炒時蔬+ 蘿蔔貢丸湯	野薑花粽	√	√	√	√
16	二	擔仔麵	胚芽米飯+ 香菇肉燥+ 紅蘿蔔炒蛋+ 鮮炒時蔬+大黃瓜排骨湯	芋頭瘦肉粥	√	√	√	√
17	三	黑糖銀絲卷+豆漿	什錦炒麵 (肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜) + 蓮藕排骨湯	肉絲米粉湯	√	√	√	√
18	四	南瓜粥	胚芽米飯+洋蔥豬肉燒+ 滷豆干片 鮮炒時蔬+ 番茄蛋花湯	紅豆湯	√	√	√	√
19	五	端午節連假						
22	一	肉絲麵線	胚芽米飯+ 蔥燒魚片+ 蔥爆甜不辣+ 鮮炒時蔬+ 蔬菜玉米湯	什錦麵疙瘩	√	√	√	√
23	二	雞蛋蔬菜粥	胚芽米飯+ 打拋豬+ 玉米炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 榨菜肉絲湯	蘿蔔糕湯	√	√	√	√
24	三	鮮奶饅頭+牛奶	什錦炒烏龍麵 (肉絲+紅蘿蔔+木耳絲+高麗菜) 青菜豆腐湯	紅豆紫米湯	√	√	√	√
25	四	蔬菜米粉湯	胚芽米飯+ 紅燒雞腿+ 滷油豆腐+ 鮮炒時蔬+ 山藥排骨湯	香菇瘦肉粥	√	√	√	√
26	五	什錦板條湯	胚芽米飯+ 京醬肉絲+ 黃瓜燴菜捲 鮮炒時蔬+ 冬瓜排骨湯	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
29	一	鮮蔬肉絲麵	胚芽米飯+ 洋芋燉雞+ 竹筍炒肉絲 鮮炒時蔬+ 蘿蔔排骨湯	什錦湯餃	√	√	√	√
30	二	什錦麵線	胚芽米飯+ 瓜仔肉+ 金針菇炒蛋+ 鮮炒時蔬+ 玉米濃湯	絲瓜米苔目	√	√	√	√

主任

園長