



日期	早 點	午 餐				午 點	餐點類別檢核表				
		主食	主菜	副菜一	副菜二		湯	全穀根 莖類	豆魚肉 蛋類	蔬菜類	水果類
7/3(一)	玉米脆片 牛奶	炸醬麵			季節時蔬	酸辣湯	皮蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
7/4(二)	小白饅頭 米漿	香Q白米飯	豬肉冬粉	玉米煎蛋	季節時蔬	雙色蘿蔔湯	紅豆西米露	✓	✓	✓	✓
7/5(三)	鍋燒意麵	胚芽米飯	蝦仁炒蛋	鴨血嫩豆腐	季節時蔬	冬瓜蛤蜊湯	小餐包 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
7/6(四)	小湯包 蛋花湯	五穀米飯	炸雞腿肉	涼拌黃豆芽	季節時蔬	雞湯	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
7/7(五)	高麗菜粥	和風蔬食咖哩飯			季節時蔬	四神排骨湯	烤薯條 決明子茶	✓	✓	✓	✓
7/10(一)	玉米脆片 牛奶	蔬菜烏龍湯麵			季節時蔬		玉米肉末粥	✓	✓	✓	✓
7/11(二)	奶皇包 豆漿	香Q白米飯	敏豆炒肉片	涼拌蔬菜	季節時蔬	味噌魚丸湯	慶生會 蛋糕 麥茶	✓	✓	✓	✓
7/12(三)	清粥小菜	胚芽米飯	滷肉	醬燒筍丁	季節時蔬	玉米濃湯	小肉包 米漿	✓	✓	✓	✓
7/13(四)	雞絲麵	五穀米飯	生炒花枝	炒大白菜	季節時蔬	蔬菜湯	花生豆花	✓	✓	✓	✓
7/14(五)	小黑糖饅頭 豆漿	蝦仁蛋炒飯			季節時蔬	蘿蔔蛤蜊湯	海苔飯糰 決明子茶	✓	✓	✓	✓
7/17(一)	玉米脆片 牛奶	金瓜炒米粉			季節時蔬	筍子雞湯	蒲瓜鹹粥	✓	✓	✓	✓
7/18(二)	鮮肉包 米漿	香Q白米飯	海鮮咖哩	玉米鹹蛋	季節時蔬	豆腐湯	桂圓紫米粥	✓	✓	✓	✓
7/19(三)	肉燥高麗菜湯麵	胚芽米飯	三杯雞	蒜香馬鈴薯	季節時蔬	大黃瓜排骨湯	關東煮	✓	✓	✓	✓
7/20(四)	叻仔魚粥	五穀米飯	香煎豬肉	番茄炒蛋	季節時蔬	蛤蜊味噌湯	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
7/21(五)	海鮮雞蛋麵	台式高麗菜飯			季節時蔬	玉米排骨湯	葡萄吐司 麥茶	✓	✓	✓	✓
7/24(一)	玉米脆片 牛奶	番茄湯餃			季節時蔬		起絲火腿吐司 麥茶	✓	✓	✓	✓

水果

※本園全面採用國產豬並已取得合格證明，請家長們放心

*本園未使用輻射污染食品

*本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，由豐得國際實業供應商採買

*餐點規劃參照「幼兒園餐點食物內容及營養基準及食譜範例」

