



鳴遠幼兒園七月份營養餐點表 114. 7. 1-7. 31



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	二	冬菜瘦肉冬粉	番茄義大利麵、時令青菜、雙色蘿蔔雞湯	瘦肉玉米粥	√	√	√	√
2	三	肉絲麵線	五穀飯、梅干扣肉、四季豆燴豆干、時令青菜、紫菜蛋花湯	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
3	四	地瓜粥、小菜	五穀飯、蘿蔔燒肉、炒冬粉、時令青菜、金針湯	蘿蔔糕蔬菜湯	√	√	√	√
4	五	什錦麵	五穀飯、柳葉魚、大黃瓜炒杏鮑菇、時令青菜、牛蒡湯	吻魚腐皮蔬菜粥	√	√	√	√
7	一	肉燥米苔目	五穀飯、瓜仔肉、菜脯蛋、時令青菜、蘿蔔排骨湯	香芋瘦肉粥	√	√	√	√
8	二	蔬菜肉絲麵	壽星腿庫飯、三寶滷味、玉米排骨湯	饅頭、牛奶	√	√	√	√
9	三	雞蓉玉米粥	五穀飯、紅燒扣肉、芹菜海帶絲、時令青菜、蔬菜豆腐湯	蔬菜肉絲麵	√	√	√	√
10	四	鮮蔬裸仔湯	五穀飯、馬鈴薯燒肉、蕃茄炒蛋、時令青菜、羅宋湯	果醬吐司、養生茶	√	√	√	√
11	五	蘿蔔糕湯	五穀飯、糖醋魚、蔥蛋、時令青菜、芹菜蘿蔔湯	關東煮	√	√	√	√
14	一	地瓜粥、肉鬆	馬鈴薯扣肉、滷油豆腐、時令青菜、羅宋湯	烏龍麵	√	√	√	√
15	二	絲瓜麵線	肉絲蛋炒飯、時令青菜、玉米湯	瘦肉青菜粥	√	√	√	√
16	三	豆腐肉絲麵	五穀飯、香菇肉燥、玉米炒蛋、時令青菜、海帶結湯	豆花甜湯	√	√	√	√
17	四	冬菜冬粉	五穀飯、蘑菇肉片、菇菇燴豆腐、時令青菜、青菜豆腐湯	榨菜肉絲麵	√	√	√	√
18	五	玉米蔬菜粥	五穀飯、香酥魚、香菇燴冬瓜、時令青菜、冬瓜湯	紅豆紫米粥	√	√	√	√
21	一	客家板條湯	五穀飯、冬瓜扣肉、紅蘿蔔烘蛋、時令青菜、南瓜濃湯	廣東粥	√	√	√	√
22	二	麵疙瘩	香菇肉絲炒麵、時令青菜、牛蒡湯	八寶甜湯	√	√	√	√
23	三	肉羹麵線	五穀飯、蘿蔔燒肉、菜脯蛋、時令青菜、山藥湯	饅頭、養生茶	√	√	√	√
24	四	地瓜粥肉鬆	五穀飯、瓜仔肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、蘿蔔湯	高麗菜肉絲麵	√	√	√	√
25	五	蕃茄蔬菜麵	五穀飯、杏鮑菇燴魚片、芹菜甜不辣、時令青菜、海帶芽湯	蔬菜冬粉	√	√	√	√
28	一	肉絲冬粉湯	水餃、時令青菜、金針排骨湯	營養穀片、牛奶	√	√	√	√

※餐後附有水果；餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所更動。

※【本園肉類食材採用國內在地肉品，向芬芳食材供應商採買!特此告知!】

*本園一律使用國產豬、牛肉食材

*本園未使用輻射污染食品