



# 鳴遠幼兒園六月份營養餐點表(115.06.01-06.30)



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	一	蘿蔔糕蔬菜湯	五穀飯、瓜仔肉、番茄炒蛋、時令青菜、冬瓜湯	香菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
2	二	烏龍麵	壽星腿庫飯、時令青菜、羅宋湯	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
3	三	什錦冬粉湯	五穀飯、洋蔥滷肉、玉米炒蛋、時令青菜、鮮菇湯	肉絲麵線	✓	✓	✓	✓
4	四	台式鹹粥	五穀飯、油豆腐扣肉、小黃瓜炒蛋、時令青菜、金針湯	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
5	五	蔬菜鮮菇麵	五穀飯、香酥魚、菇菇燴冬瓜、時令青菜、竹筍湯	南瓜蔬菜粥	✓	✓	✓	✓
8	一	擔仔麵	五穀飯、冬瓜滷肉、木耳炒三絲、時令青菜、吻仔魚湯	紅豆紫米湯	✓	✓	✓	✓
9	二	營養穀片.牛奶	蔬菜肉絲蛋炒飯、時令青菜、冬瓜湯	肉絲湯餃麵	✓	✓	✓	✓
10	三	豆腐細粉	五穀飯、油豆腐控肉、菜脯蛋、時令青菜、南瓜湯	玉米翡翠粥	✓	✓	✓	✓
11	四	香菇肉絲粥	五穀雜糧飯、香菇肉燥、芹香豆干、時令青菜、黃豆芽肉絲湯	八寶豆花	✓	✓	✓	✓
12	五	絲瓜麵線	五穀飯、糖醋魚、炒南瓜、時令青菜、蕃茄蛋花湯	香菇蔬菜粥	✓	✓	✓	✓
15	一	清粥小菜	五穀飯、香菇肉燥、蔥蛋、時令青菜、蔬菜豆腐湯	擔仔麵	✓	✓	✓	✓
16	二	蛋花細粉	香菇肉絲炒麵、時令青菜、牛蒡湯	古早味鹹粥	✓	✓	✓	✓
17	三	極品湯餃麵	五穀飯、醬爆肉絲、紅蘿蔔烘蛋、時令青菜、南瓜濃湯	蘿蔔糕鮮菇湯	✓	✓	✓	✓
18	四	什錦麵線	五穀飯、菇菇控肉、豆干炒四季豆、時令青菜、玉米蘿蔔湯	果醬土司 養生茶	✓	✓	✓	✓
19	五	6/19(五)端午節，放假1天						
22	一	蛋花冬粉湯	五穀飯、番茄燉肉、蔥花炒蛋、時令青菜、三菇鮮湯	香菇瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
23	二	營養米苔目	水餃、涼拌小黃瓜、玉米蛋花湯	饅頭、養生茶	✓	✓	✓	✓
24	三	南瓜瘦肉粥	五穀飯、蘿蔔滷肉、紅燒豆腐、時令青菜、紫菜蛋花湯	關東煮	✓	✓	✓	✓
25	四	鮮菇肉絲麵	五穀飯、馬鈴薯燒肉、海帶絲、時令青菜、豆腐湯	瘦肉玉米粥	✓	✓	✓	✓
26	五	蔬菜麵線	五穀飯、柳葉魚、三鮮菇燴黃瓜、時令青菜、金針湯	營養穀片 牛奶	✓	✓	✓	✓
29	一	南瓜瘦肉粥	五穀飯、洋蔥肉片、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、山藥湯	鮮菇蔬菜麵	✓	✓	✓	✓
30	二	絲瓜麵線	什錦肉絲玉米蛋炒飯、青菜、冬瓜湯	紅豆糯米湯	✓	✓	✓	✓

- ※ 餐後附有水果；餐點菜餚皆配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單將視情況有所更動。
- ※ 本園一律使用國產豬、牛肉食材。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。
- ※ 本園未使用輻射污染食品。