



107學年度第二學期 108年6月幼兒餐點表

第16週	6月03日星期一	6月04日星期二	6月05日星期三	6月06日星期四	6月07日星期五
早點	小黑糖饅頭、鮮奶	瓠瓜肉絲粥	蛋花湯餃	香菇蘿蔔糕湯	放假
午餐	糙米飯	南瓜飯	洋蔥豬肉燴飯	端午肉粽	
	木耳炒冬粉	洋蔥雞柳			
	韭菜炒蛋	開陽大瓜			
	時令青菜	時令青菜	時令青菜		
	海帶芽豆腐湯	味增鮭魚湯	大滷湯	番茄蛋花湯	
季節水果	季節水果	季節水果	季節水果		
午點	香菇玉米燕麥粥	小卷米粉湯	生日蛋糕、米漿	芋圓地瓜湯	
第17週	6月10日星期一	6月11日星期二	6月12日星期三	6月13日星期四	6月14日星期五
早點	玉米脆片、鮮奶	蔬菜鮭魚粥	奶皇包、黑豆漿	番茄洋蔥寬粉湯	葡萄吐司、鮮奶
午餐	白飯	燕麥飯	什錦烏龍麵	黑芝麻飯	地瓜飯
	醬燒甜不辣	蔥油雞		蔴鼓板豆腐	蔥蒜里肌肉
	菜脯蛋	豆薯燴炒		百菇木耳絲	肉末燴豆腐
	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜
	香菇金針湯	貢丸芹菜湯	麻油雞湯	羅宋湯	鮮菇蓮子排骨湯
季節水果	季節水果	季節水果	季節水果	季節水果	
午點	紅燒拉麵	生煎包、養生茶	田園濃湯	仙草蜜	餛飩關廟麵
第18週	6月17日星期一	6月18日星期二	6月19日星期三	6月20日星期四	6月21日星期五
早點	鮮奶饅頭、鮮奶	雞茸玉米粥	竹筍包、豆漿	香椿細湯麵	奶酥餐包、鮮奶
午餐	白飯	五穀飯	肉絲蛋炒飯	紫米飯	糙米飯
	番茄炒蛋	西洋芹炒小卷		豆鼓苦瓜	塔香雞丁
	香菇炒水蓮	韭菜花炒豆干		紅燒豆腐	雙耳炒花椰菜
	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜
	芹菜黃瓜湯	山藥排骨湯	九尾草香菇雞湯	雙色蘿蔔黑輪湯	蛤蠣絲瓜湯
季節水果	季節水果	季節水果	季節水果	季節水果	
午點	八寶粥	肉絲板條湯	肉羹麵線	蒸地瓜、決明子茶	大麵羹
第19週	6月24日星期一	6月25日星期二	6月26日星期三	6月27日星期四	6月28日星期五
早點	五穀饅頭、鮮奶	百菇肉末粥	肉包、黑豆漿	什錦冬粉	蔓越梅餐包、鮮奶
午餐	薏仁飯	燕麥飯	番茄肉醬義大利麵	黑芝麻飯	白飯
	醬燒杏包菇	咖哩豬肉		滷味雙拼	醬燒棒棒腿
	枸杞蒸蛋	小黃瓜炒筍白筍		蘆筍炒壽喜菇	蔥蒜豆腐
	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜	時令青菜
	蔬菜味增湯	薑絲鮮魚湯	鮮菇肉羹湯	青菜蛋花湯	酸菜肉片湯
季節水果	季節水果	季節水果	季節水果	季節水果	
午點	蛋餅、麥茶	麻油滑蛋雞絲麵	皮蛋瘦肉粥	蔬菜麵疙瘩	日式關東煮

1. 此份菜單內的食物，必要時可用同類食物做代換。
2. 青菜以季節性時蔬為主，烹調方式亦多採清淡方式處理，少鹽、少油、少糖、少調味料。
3. 食材的挑選注意、配合孩子咀嚼及技巧的發展程度。
4. 遵照專家建議：本園幼兒餐點設計每日供應蔬菜類食物及水果，每週至少一次使用雜糧根莖類取代精緻穀類，每週至少提供2次以上100%乳品。
5. 我們的餐點是為寶貝精心設計與調配，期盼寶貝健康成長，若寶貝對某些食物有過敏或不適，請提早告知老師。
6. 本學期開始每週一、四提供蔬食餐點(不提供加工食品)，響應國際無肉日，降低對肉類的過度攝取，多攝取健康蔬果，除了對身體健康有益之外，也是最簡單、最溫和環境保護最一公心力的方式。
7. 時令青菜與季節水果皆提供當季新鮮蔬果，每日品項將公佈於學校走廊公佈欄。若有食材上的更替將另行通知。