

114 年第 2 學期【7 月份餐點表】

日期	早 餐	中 餐	下午點心
7/01 (星期三)	鮮奶吐司 豆漿	白飯 彩椒豬肉片 蔥燒豆包 季節時蔬 鮮菇湯 時令水果	冬瓜愛玉
7/02 (星期四)	椰子麵包 鮮奶	糙米飯 杏菇燉雞肉 洋蔥炒蛋 季節時蔬 蘿蔔玉米湯 時令水果	糯米甜粥
7/03 (星期五)	蔥油餅 決明子茶	高麗菜玉米肉絲炒飯 冬瓜文蛤湯 時令水果	小煎餅
7/06 (星期一)	黑糖饅頭 豆漿	什錦炒河粉 滷蛋 鮮菇肉絲湯 時令水果	銀耳綠豆湯
7/07 (星期二)	羅宋麵包 豆漿	五穀飯 京都燉肉 番茄炒蛋 季節時蔬 蘿蔔排骨湯 時令水果	紫米粥
7/08 (星期三)	蛋糕捲 豆漿	五穀飯 醬燒旗魚 洋蔥炒蛋 季節時蔬 鮮菇排骨湯 時令水果	紅豆湯
7/09 (星期四)	紅豆麵包 豆漿	白飯 彩椒豬肉片 蘿蔔絲炒杏菇 季節時蔬 雞蛋海芽湯 時令水果	手工豆花
7/10 (星期五)	喜瑞爾 鮮奶	白飯 什錦肉羹湯 時令水果	紫蘇蘇打餅
7/13 (星期一)	蛋餅 豆漿	鍋燒意麵 時令水果	南瓜湯
7/14 (星期二)	鮮奶小餐包 豆漿	燕麥飯 洋蔥雞丁 滷大白菜 季節時蔬 金針菇肉絲湯 時令水果	水煮蛋
7/15 (星期三)	肉鬆吐司 決明子茶	白飯 香菇肉燥	小米粥

		滷蛋 魚鬆 味噌豆腐湯 時令水果	
7/16 (星期四)	鹹可頌麵包 鮮奶	五穀飯 紅白蘿蔔燉雞肉 芹菜三絲 季節時蔬 海節豆腐湯 時令水果	地瓜綠豆湯
7/17 (星期五)	香鬆粥 蔥花蛋	鮭魚炒飯 香煎豆腐 山藥排骨湯 時令水果	捲心餅
7/20 (星期一)	三角紅豆饅頭 豆漿	炸醬麵 滷蛋 胡瓜鮮菇湯 時令水果	薏仁甜湯
7/21 (星期二)	蛋糕麵包 豆漿	白飯 馬鈴薯燉肉 三色煎蛋 季節時蔬 香菇雞湯 時令水果	蒸地瓜
7/22 (星期三)	全麥吐司 鮮奶	南瓜飯 浦燒魚片 鮮菇炒玉筍 季節時蔬 大黃瓜排骨湯 時令水果	冬瓜西米露
7/23 (星期四)	奶酥麵包 豆漿	白飯 洋蔥炒豬肉 木耳炒甜豆 季節時蔬 羅宋蔬菜湯 時令水果	肉羹湯
7/24 (星期五)	南瓜饅頭 麥茶	什錦板條湯 時令水果	沙其馬
7/27 (星期一)	蛋餅 豆漿	日式烏龍拉麵 時令水果	紅豆薏仁甜湯
7/28 (星期二)	波羅麵包 豆漿	五穀飯 杏鮑菇蘿蔔燉肉 豆薯炒蛋 季節時蔬 蓮藕排骨湯 時令水果	綠豆湯
7/29 (星期三)	葡萄捲 豆漿	燕麥飯 清蒸魚片 蒜炒四季豆 季節時蔬 叻仔魚莧菜湯 時令水果	甜蒸玉米

7/30 (星期四)	椰子麵包 鮮奶	糙米飯 蒜泥白肉 鮮菇炒玉米筍 季節時蔬 薑絲魚片豆腐湯 時令水果	紅豆湯
7/31 (星期五)	全園大掃除停課	全園大掃除停課	全園大掃除停課

- 餐點內容會依蔬菜時令及節慶，可能做更改菜單，謝謝。
- 每日食材皆當日烹煮與採購，確保幼兒食用上之安全性。
- 園所一律使用國產豬及食材。

