



日期	上午點心	午 餐					下午點心	每日食物類別一覽表			
		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
7/1(三)	蘋果山藥甜湯	蕎麥飯	南瓜燜雞	金珠翠玉	時令蔬菜	紫菜吻仔魚湯	鮮蔬總匯大亨堡、蔬果汁	V	V	V	
7/2(四)	蛋酥絲瓜麵線	五穀飯	蘿蔔燉肉	馬鈴薯煎蛋	時令蔬菜	肉骨茶湯	冰糖木耳蓮子湯、時令水果	V	V	V	
7/3(五)	五穀香菇鹹粥	蝦仁燴飯		油醋拌木耳蔬菜		五行蔬菜玉米湯	牛奶花生仁湯、時令水果	V	V	V	
7/4(六)											
7/6(一)	小饅頭+燕麥薏仁漿	芋頭飯	醋溜肉片	青蔥炒蛋	時令蔬菜	金針雞湯	香菇竹筍冬粉、時令水果	V	V	V	
7/7(二)	花枝羹麵	糙米飯	三杯雞	清炒藕片	時令蔬菜	綜合菇菇湯	薑汁地瓜湯、時令水果	V	V	V	
7/8(三)	蔥花麵包+芝麻豆漿	三寶燕麥飯	馬鈴薯燉肉	筴白筍炒杏鮑菇	時令蔬菜	杏菜銀魚湯	關東煮、時令水果	V	V	V	
7/9(四)	地瓜稀飯+肉鬆	蕎麥飯	彩椒燴蝦仁	瓠瓜炒肉絲	時令蔬菜	如意排骨湯	甜梨冰糖銀耳湯	V	V	V	
7/10(五)	慶生蛋糕+鮮奶	肉絲蛋炒飯		時令蔬菜		冬瓜魚湯	排骨糙米粥、時令水果	V	V	V	
7/11(六)											
7/13(一)	紅豆包+蓮藕糊	麥片飯	蔥燒土魷魚	菱角燴鮮菇	時令蔬菜	帝王豆排骨湯	赤肉羹板條、時令水果	V	V	V	
7/14(二)	白菜肉片湯麵	薏仁飯	蠔油雞丁	蒜香豆干絲	時令蔬菜	玉米蛋花湯	蘋果小薏仁湯	V	V	V	
7/15(三)	三絲冬粉湯	小米飯	竹筍燒肉	玉米起司蛋塔	時令蔬菜	馬鈴薯濃湯	海苔雞肉鮮蔬捲、蔬果汁	V	V	V	
7/16(四)	香芹肝連米苔目	糙米飯	蒜香蒸絞肉	塔香茄子	時令蔬菜	黑木耳雞湯	沙拉蛋三明治+鮮奶、時令水果	V	V	V	
7/17(五)	小米南瓜鹹粥	炒烏龍麵		蔬菜天婦羅		紫菜豆腐湯	冰糖蓮藕桂圓甜湯、時令水果	V	V	V	
7/18(六)											
7/20(一)	綠豆地瓜湯	薏仁飯	蘿蔔燒雞	鮮菇冬瓜	時令蔬菜	海帶玉米排骨湯	馬鈴薯鮭魚煎餅、蔬果汁	V	V	V	
7/21(二)	味噌豚骨拉麵	黑豆飯	鮭魚蒸豆腐	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	山藥雞湯	紅豆麥片粥、時令水果	V	V	V	
7/22(三)	廣東粥	燕麥飯	元寶肉	炒海龍鬚菜	時令蔬菜	青菜蛋花湯	海苔壽司、蔬果汁	V	V	V	
7/23(四)	芋頭米粉湯	五穀飯	菱角燒雞	水蓮菜炒香菇	時令蔬菜	絲瓜魚片湯	南瓜泥吐司+鮮奶、時令水果	V	V	V	
7/24(五)	芝麻包+養生花茶	海鮮炒米粉		雙色木耳		鳳梨苦瓜排骨湯	番茄玉米筍蔬菜湯麵、時令水果	V	V	V	
7/25(六)											
7/27(一)	停托日										
7/28(二)											
7/29(三)											
7/30(四)											
7/31(五)											

*本園食材來源一律使用國產豬、牛肉，食材聲明書請見官方網站。

本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、奇異果含麩質之穀物及其過敏製品，不適合對其過敏者食用，幼兒如有過敏，家長請事先告知。

教保黃于菁
行政黃于菁