

115年 7月

## 華人幼兒園餐點計畫表

|       |     | 早點心     | 美味午餐      |        |           |        | 午點心     | 餐點類別檢核表 |   |   |  |
|-------|-----|---------|-----------|--------|-----------|--------|---------|---------|---|---|--|
|       |     |         | 全穀<br>雜糧類 | 蔬菜類    | 豆魚<br>蛋肉類 | 水果類    |         |         |   |   |  |
| 7月1日  | 星期三 | 芋泥包+豆漿  | 家常炒烏龍     | 翡翠肉片   | 季節蔬菜      | 南瓜蛋花湯  | 大滷麵疙瘩   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月2日  | 星期四 | 蔬菜鹹粥    | 紅燒雞丁      | 黃金玉米   | 季節蔬菜      | 竹筍排骨湯  | 紫米椰香露   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月3日  | 星期五 | 蘿蔔糕湯    | 古早味肉燥     | 什錦鮮瓜   | 季節蔬菜      | 羅宋湯    | 滑蛋雞絲麵   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月6日  | 星期一 | 擔擔板條    | 海帶燒雞      | 麻婆豆腐   | 季節蔬菜      | 味噌豆芽湯  | 時瓜肉茸粥   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月7日  | 星期二 | 鍋燒意麵    | 咖哩豬肉      | 蒜香花椰   | 季節蔬菜      | 蘿蔔魚丸湯  | 綠豆燕麥湯   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月8日  | 星期三 | 玉米鮭魚粥   | 茄汁義大利麵    | 醬滷大溪豆干 | 季節蔬菜      | 南瓜濃湯   | 關東煮     | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月9日  | 星期四 | 味噌烏龍麵   | 冬瓜滷雞      | 紅蘿蔔炒蛋  | 季節蔬菜      | 薑絲海芽湯  | 四寶銀耳湯   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月10日 | 星期五 | 馬拉糕+麥茶  | 照燒豬肉      | 木須竹筍   | 季節蔬菜      | 豆薯蛋花湯  | 香菇肉燥米粉湯 | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月13日 | 星期一 | 皮絲寬粉    | 三杯雞       | 毛豆肉茸   | 季節蔬菜      | 青木瓜肉絲湯 | 香筍糙米粥   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月14日 | 星期二 | 燒賣+蛋花湯  | 京醬豬柳      | 茄汁炒蛋   | 季節蔬菜      | 香菇排骨湯  | 擔仔意麵    | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月15日 | 星期三 | 玉米雞絲粥   | 肉燥拌麵      | 醬燒豆干   | 季節蔬菜      | 玉米濃湯   | 紅豆薏仁湯   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月16日 | 星期四 | 肉絲麵線    | 義式嫩雞      | 芋香白菜   | 季節蔬菜      | 三絲湯    | 蛋香蘿蔔糕湯  | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月17日 | 星期五 | 香菇肉羹拉麵  | 洋蔥燒肉      | 肉燥豆腐   | 季節蔬菜      | 四神湯    | 地瓜珍珠湯   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月20日 | 星期一 | 消毒日     |           |        |           |        |         |         |   |   |  |
| 7月21日 | 星期二 |         |           |        |           |        |         |         |   |   |  |
| 7月22日 | 星期三 | 肉羹麵線    | 肉絲拉麵      | 洋蔥甜不辣  | 季節蔬菜      | 味噌豆腐湯  | 蔬菜豬肉麵   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月23日 | 星期四 | 玉米瘦肉粥   | 薑燒肉片      | 鮮菇竹筍   | 季節蔬菜      | 玉米雞湯   | 沙茶雞絲麵   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月24日 | 星期五 | 榨菜肉絲麵   | 梅香雞丁      | 芽菜炒蛋   | 季節蔬菜      | 大滷湯    | 沙其馬、麥茶  | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月27日 | 星期一 | 滑蛋麵線    | 客家燒肉      | 鐵板豆干   | 季節蔬菜      | 青木瓜排骨湯 | 皮蛋瘦肉粥   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月28日 | 星期二 | 番茄雞蛋麵   | 南洋風味雞     | 雙色花菜   | 季節蔬菜      | 沙茶肉羹湯  | 香蔥麵疙瘩   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月29日 | 星期三 | 香蔥小魚粥   | 炸醬刀削麵     | 鍋燒海結   | 季節蔬菜      | 榨菜肉絲湯  | 綠豆麥片湯   | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月30日 | 星期四 | 地瓜稀飯、肉鬆 | 蔥爆豬肉      | 玉米炒蛋   | 季節蔬菜      | 佛手雞湯   | 蛋香麵線    | ✓       | ✓ | ✓ |  |
| 7月31日 | 星期五 | 韭香客家板條  | 蘿蔔雞丁      | 紅燒豆腐   | 季節蔬菜      | 蔬菜蛋花湯  | 數字餅乾、麥茶 | ✓       | ✓ | ✓ |  |

\*所有餐點皆使用國產豬肉、雞肉。