

臺南市私立資優生幼兒園 111學年度 6月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	蛋類	肉類	豆類	蔬菜類	水果類
			主食	水果							
6/12	一	肉絲焢條(花枝、肉絲、小白菜)	鮭魚蛋炒飯(玉米、紅蘿蔔、蛋、肉絲、青豆、洋蔥、鮭魚)、蘿蔔排骨湯	芭樂	浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯)	○	○	○	○	○	○
6/13	二	芋頭吐司、豆漿	糙米飯、筍干滷肉(筍干、五花肉、車輪)、尼龍菜、蔬菜蛋花湯	芭樂	玉米濃湯(洋蔥、玉米、蛋)	○	○	○	○	○	○
6/14	三	芝麻饅頭、牛奶	五穀飯、三杯雞(紅蘿蔔、杏鮑菇、雞肉)、油菜、薑絲魚片、冬瓜蛤仔湯	芭樂	地瓜綠豆湯	○	○	○	○	○	○
6/15	四	小餐包、豆漿	南瓜飯、鳥蛋滷肉(五花肉、鳥蛋、紅蘿蔔)、空心菜、味噌豆腐湯	蘋果	檸檬愛玉小珍珠	○	○	○	○	○	○
6/16		南瓜粥(雞肉、南瓜、蔥、香菇)	廣東粥(皮蛋、高麗菜、花枝、肉絲、魚柳)	蘋果	芋頭西谷米	○	○	○	○	○	○
6/17	五	鍋燒意麵(蛋、肉絲、小白菜、花枝)	咖哩肉絲(馬鈴薯、紅蘿蔔、肉絲、洋蔥)、薑絲魚皮湯	蘋果	芙蓉湯餃(紅蘿蔔、木耳、蛋、高麗菜)	○	○	○	○	○	○
6/19	一	芋頭鹹粥(香菇、芋頭、肉絲、蔥)	玉米肉絲蛋炒飯(玉米、肉絲、紅蘿蔔、蛋、青豆)、清蒸魚、香菇排骨湯	小玉西瓜	養生薏仁粥	○	○	○	○	○	○
6/20	二	紅豆吐司、牛奶	五穀飯、海帶滷肉(紅蘿蔔、五花肉、車輪)、空心菜、金針菇蛤仔湯	小玉西瓜	香菇肉羹(香菇、肉羹、大白菜、木耳)	○	○	○	○	○	○
6/21	三	奶皇包、豆漿	糙米飯、瓜仔雞(花瓜、雞肉)、菠菜、番茄豆腐湯	小玉西瓜	紅豆湯	○	○	○	○	○	○
6/22	四	端午節連假									
6/23	五										
6/26	一	芝麻饅頭、豆漿	高麗菜鮮肉水餃、玉米濃湯(玉米粒、火腿、洋蔥)	香蕉	地瓜湯	○	○	○	○	○	○
6/27	二	草莓吐司、牛奶	糙米飯、肉絲炒麻油(肉絲、杏鮑菇)、油菜、紫菜蛋花湯	香蕉	日式關東煮(黑輪、甜不辣、木耳、高麗菜、蛋餃)	○	○	○	○	○	○
6/28	三	海鮮米粉湯(花枝、小白菜、肉絲)	五穀飯、客家小炒(豆干、魷魚、五花肉)、尼龍菜、白菜魚肉湯	香蕉	清涼仙草蜜	○	○	○	○	○	○
6/29	四	鮮奶吐司、豆漿	地瓜飯、麻油雞(紅蘿蔔、杏鮑菇、雞肉)、菠菜、青菜豆腐湯	芭樂	蔬菜冬粉(蛋、小白菜、肉絲)	○	○	○	○	○	○
6/30	五	魚肉粥(高麗菜、魚肉、肉絲)	鍋燒意麵(花枝、蛋、小白菜、蔥、肉絲)	芭樂	養生薏仁湯	○	○	○	○	○	○
7/3	一	絲瓜麵線	香菇肉絲飯湯(香菇、肉絲、紅蘿蔔、洋蔥、青蔥、高麗菜、魚丸)	鳳梨	古早味小蛋糕、龍眼蜜茶	○	○	○	○	○	○
7/4	二	全麥吐司、牛奶	糙米飯、蘿蔔滷肉(白蘿蔔、肉丁)、高麗菜、羅宋湯(蕃茄、肉片、芹菜)	蘋果	紅豆紫米	○	○	○	○	○	○
7/5	三	鮮肉包、豆漿	小米飯、南瓜肉燥(南瓜、絞肉、香菇)、油菜、香菇雞肉湯	蘋果	蘿蔔糕豆芽湯(蘿蔔糕、豆芽、韭菜)	○	○	○	○	○	○
7/6	四	清粥、海苔肉鬆	白飯、豆干丁滷肉(五香豆干、肉丁)、冬高麗菜、鯛魚魚丸湯	芭樂	冬瓜珍珠	○	○	○	○	○	○
7/7	五	台式大滷麵(香菇、木耳、胡蘿蔔絲、豬肉、白菜、蛋)	南瓜炒米粉(米粉、南瓜、肉絲、高麗菜、豆芽菜)、冬瓜蛤仔湯	芭樂	綠豆湯	○	○	○	○	○	○

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！