

# 後港國小附設幼兒園

## 114 年 7 月份餐點表

★餐點表會依實際狀況略有更動

★所有肉品來源一律使用國產

| 週別  | 星期 | 一                               | 二                       | 三                  | 四                      | 五                         |
|-----|----|---------------------------------|-------------------------|--------------------|------------------------|---------------------------|
| 第一週 | 日期 | 6/30                            | 7/1                     | 7/2                | 7/3                    | 7/4                       |
|     | 上午 |                                 | 奶油土司<br>玉米濃湯            | 南瓜鮮肉<br>粥          | 紫米珍珠丸<br>薏仁漿           | 蛋花麵線                      |
|     | 食材 |                                 | 奶油，土司，玉米粒，火腿丁，洋蔥，胡蘿蔔，雞蛋 | 南瓜，肉絲，胡蘿蔔，白米       | 黑秈糯米，豬絞肉，玉米粒，薏仁        | 雞蛋，高麗菜，麵線                 |
|     | 午餐 |                                 | 鍋燒意麵                    | 炒米粉<br>金針菇<br>冬瓜湯  | 炒烏龍麵<br>蛋花湯            | 肉粽<br>味噌湯                 |
|     | 食材 |                                 | 高麗菜，魚丸，雞蛋，肉絲，意麵         | 洋蔥，肉絲，雞蛋，米粉，金針菇，冬瓜 | 肉絲，木耳，胡蘿蔔，高麗菜，烏龍麵，雞蛋   | 糯米，鴨鹹蛋黃，香菇，豬三層肉，味噌，豆腐，海帶芽 |
|     | 下午 |                                 | 地瓜綠豆湯<br>鳳梨             | 茶葉蛋<br>木瓜          | 脆皮芝麻烤<br>饅頭+鮮奶         | 紅豆薏仁湯<br>西瓜               |
|     | 食材 |                                 | 地瓜，綠豆                   | 雞蛋，茶包，滷包           | 黑芝麻，麵粉                 | 紅豆，薏仁                     |
| 第二週 | 日期 | 7/7                             | 7/8                     | 7/9                | 7/10                   | 7/11                      |
|     | 上午 | 關東煮                             | 五穀雜糧饅頭<br>枸杞紅棗茶         | 土司夾蛋<br>豆漿         | 蔬菜鮮肉粥                  | 蔥抓餅<br>枸杞紅棗茶              |
|     | 食材 | 胡蘿蔔，玉米，米血，黑輪                    | 南瓜子，核桃，葡萄乾，枸杞，麵粉，紅棗     | 雞蛋，土司，黃豆           | 高麗菜，肉絲，胡蘿蔔，白米          | 青蔥，麵粉，枸杞，紅棗               |
|     | 午餐 | 水餃<br>酸辣湯                       | 什錦炒麵<br>青菜豆腐湯           | 擔仔麵                | 螞蟻上樹<br>紫菜蛋花湯          | 豬肉燴飯<br>蘿蔔湯               |
|     | 食材 | 豬絞肉，高麗菜，水餃皮，金針菇，木耳，雞蛋，胡蘿蔔，竹筍，肉絲 | 木耳，胡蘿蔔，肉絲，洋蔥，油麵條，高麗菜，豆腐 | 豆芽菜，肉絲，高麗菜，胡蘿蔔，油麵條 | 冬粉，肉絲，木耳，高麗菜，胡蘿蔔，紫菜，雞蛋 | 豬肉，胡蘿蔔，白蘿蔔，白飯             |
|     | 下午 | 珍珠豆花<br>鳳梨                      | 芋泥地瓜球<br>木瓜             | 馬卡龍<br>西瓜          | 紅豆車輪餅<br>鮮奶            | 蘿蔔糕<br>蘋果                 |
|     | 食材 | 粉圓，黃豆                           | 芋頭，地瓜                   | 鮮奶油，麵粉             | 紅豆，麵粉                  | 白蘿蔔，在來米，肉燥，油蔥酥            |

# 後港國小附設幼兒園

## 114 年 7 月份餐點表

| 第三週 | 日期 | 7/14                     | 7/15                | 7/16                     | 7/17                         | 7/18                      |
|-----|----|--------------------------|---------------------|--------------------------|------------------------------|---------------------------|
|     | 上午 | 酸辣湯                      | 藍莓土司<br>蜜茶          | 金針蘿蔔<br>排骨湯              | 小籠湯包<br>豆漿                   | 原味蛋餅<br>枸杞紅棗茶             |
|     | 食材 | 金針菇, 木耳, 胡蘿蔔, 雞蛋, 竹筍, 肉絲 | 藍莓果醬, 土司, 蜂蜜        | 金針菜, 白蘿蔔, 胡蘿蔔, 豬小排       | 豬絞肉, 麵粉, 黃豆                  | 雞蛋, 冷凍蛋餅皮, 枸杞, 紅棗         |
|     | 午餐 | 咖哩豬肉飯<br>味噌湯             | 鍋燒意麵                | 香菇肉羹<br>麵                | 炒米粉<br>金針菇冬瓜湯                | 炒烏龍麵<br>魚丸湯               |
|     | 食材 | 咖哩, 豬肉, 玉米粒, 白飯, 味噌, 豆腐  | 高麗菜, 魚丸, 雞蛋, 肉絲, 意麵 | 香菇, 肉羹, 竹筍, 胡蘿蔔, 木耳, 油麵條 | 肉絲, 木耳, 高麗菜, 米粉, 金針菇, 冬瓜     | 肉絲, 高麗菜, 雞蛋, 胡蘿蔔, 烏龍麵, 魚丸 |
|     | 下午 | 茶葉蛋<br>芭樂                | 旗魚黑輪<br>木瓜          | 地瓜綠豆<br>湯<br>西瓜          | 沙琪瑪<br>鮮奶                    | 水煮玉米<br>蘋果                |
|     | 食材 | 雞蛋, 茶包, 油包               | 魚漿, 地瓜粉             | 綠豆, 地瓜                   | 葡萄乾, 麵粉                      | 玉米                        |
| 第四週 | 日期 | 7/21                     | 7/22                | 7/23                     | 7/24                         | 7/25                      |
|     | 上午 | 全麥饅頭<br>豆漿               | 芝麻包<br>麥茶           | 雞蓉玉米<br>粥                | 花捲<br>枸杞紅棗茶                  | 港式蘿蔔糕<br>薏仁漿              |
|     | 食材 | 全麥麵粉, 黃豆                 | 黑芝麻, 麵粉, 麥茶         | 雞胸肉, 玉米粒, 胡蘿蔔, 木耳, 白米    | 青蔥, 麵粉, 枸杞, 紅棗               | 白蘿蔔, 在來米, 肉燥, 油蔥酥, 薏仁     |
|     | 午餐 | 鍋燒意麵                     | 水餃<br>酸辣湯           | 浮水魚羹<br>麵                | 螞蟻上樹<br>青菜豆腐湯                | 豬肉燴飯<br>味噌湯               |
|     | 食材 | 肉絲, 高麗菜, 魚丸, 意麵          | 豬絞肉, 高麗菜, 水餃皮       | 魚羹, 竹筍, 油麵條              | 冬粉, 肉絲, 胡蘿蔔, 木耳, 洋蔥, 高麗菜, 豆腐 | 豬肉, 胡蘿蔔, 白蘿蔔, 白飯, 味噌, 豆腐  |
|     | 下午 | 豆沙包<br>鳳梨                | 紅豆湯圓<br>芭樂          | 草莓土司<br>木瓜               | 銅鑼燒<br>鮮奶                    | 桑椹豆花<br>蘋果                |
|     | 食材 | 紅豆, 麵粉                   | 紅豆, 湯圓              | 草莓果醬, 土司                 | 紅豆, 麵粉                       | 桑椹, 黃豆                    |

# 後港國小附設幼兒園

## 114 年 7 月份餐點表

| 第五週 | 日期 | 7/28                              | 7/29                 | 7/30                     | 7/31                    |  |
|-----|----|-----------------------------------|----------------------|--------------------------|-------------------------|--|
|     | 上午 | 皮蛋瘦肉粥                             | 燒賣<br>蛋花湯            | 黑糖饅頭<br>豆漿               | 肉包<br>豆漿                |  |
|     | 食材 | 鴨皮蛋, 雞蛋, 鹹<br>鴨蛋, 胡蘿蔔, 白<br>米     | 豬絞肉, 麵粉, 雞<br>蛋, 胡蘿蔔 | 黑糖, 麵粉, 黃豆               | 豬絞肉, 麵粉, 枸<br>杞, 紅棗     |  |
|     | 午餐 | 炒烏龍麵<br>蛋花湯                       | 水餃<br>酸辣湯            | 咖哩豬肉飯<br>蔬菜湯             | 鍋燒意麵                    |  |
|     | 食材 | 木耳, 高麗菜, 胡<br>蘿蔔, 肉絲, 烏龍<br>麵, 雞蛋 | 豬絞肉, 高麗菜,<br>水餃皮     | 咖哩, 豬肉, 玉米<br>粒, 白飯, 高麗菜 | 高麗菜, 魚丸, 雞<br>蛋, 肉絲, 意麵 |  |
|     | 下午 | 馬卡龍<br>火龍果                        | 麥克雞塊<br>木瓜           | 脆皮芝麻烤<br>饅頭+鮮奶           | 茶葉蛋<br>西瓜               |  |
|     | 食材 | 鮮奶油, 麵粉                           | 雞絞肉, 麵粉              | 黑芝麻, 麵粉                  | 雞蛋, 滷包, 茶包              |  |

★餐點表會依實際狀況略有更動

★所有肉品來源一律使用國產

- 一、本校餐點有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品，本菜單已預先上傳至教育部校園食材登錄平臺 <https://fatrac.eschool.k12ea.gov.tw/frontend/>，請師生家長多加利用。
- 二、本校營養午餐一律採用、國產豬肉及其製品。
- 三、如遇特殊情形(颱風、退貨、物價)將調整菜單。
- 四、當日菜色、熱量、食材(具過敏原)，仍以當日中央廚房於教育部校園食材登錄平臺公告為準。

承辦人：

教保員謝敏文

主任：

教師兼任  
幼兒園主任郭欣芸

午餐執秘：

護理師郭秋貝

校長：

臺南市七股區  
後港國民小學校長方婉真