

112 年 6 月份		餐 點 表										
日期	星期	早 點 心		午 餐 內 容							午 點 心	
				主食	主菜	副菜	時蔬	湯品	水果			
6月1日	週四	奶酥三明治	鮮奶	糙米飯	煎豬排	紅燒豆腐	時令蔬菜	香菇雞湯	時令水果	古早味芽米菜苔目湯		
6月2日	週五	魚柳蔬菜粥		白米飯	奶油蒜蓉蝦	香菇滷白菜	時令蔬菜	蔬菜豆腐酸辣湯	時令水果	奶香卷麵包	低糖豆漿	
6月5日	週一	小金絲捲	鮮奶	糙米飯	蒜泥白肉	金針菇燴南瓜	時令蔬菜	味噌蛋花湯	時令水果	香菇滑蛋肉粥		
6月6日	週二	皮蛋蘿蔔瘦肉粥		胚芽米飯	洋蔥燒雞	蛋花絲瓜	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	雞蛋小饅頭	鮮奶	
6月7日	週三	水果裸蛋糕	麥茶	水餃		三絲炒木耳	時令蔬菜	雙色蘿蔔玉米湯	時令水果	紅豆紫米粥		
6月8日	週四	客家粿仔湯麵		胚芽米飯	香菇燉肉	金沙蛋豆腐	時令蔬菜	金菇肉片湯	時令水果	關東煮		
6月9日	週五	清粥小菜		白米飯	咖哩雞	吻魚蒸蛋	時令蔬菜	玉米馬鈴薯濃湯	時令水果	草莓吐司	鮮奶	
6月12日	週一	小黑饅頭	麥茶	糙米飯	清蒸鱈魚	金菇炒毛豆	時令蔬菜	南瓜洋蔥蔬菜湯	時令水果	彩蔬鮭魚蛋花粥		
6月13日	週二	雞絲麵		胚芽米飯	麻油薑炒雞	芹香筍白筍	時令蔬菜	蒜頭蛤蜊雞湯	時令水果	小銀絲捲	紅棗茶	
6月14日	週三	蕃茄蔬菜刀削麵		蛋炒飯	鮭魚	三杯海草	時令蔬菜	味噌海芽蘿蔔湯	時令水果	蔥抓餅		
6月15日	週四	馬鈴薯沙拉	鮮奶	白米飯	筍干燉肉	金沙杏菇豆腐	時令蔬菜	菜脯香菇雞湯	時令水果	香菇芋頭雞茸粥		
6月16日	週五	鮮魚香菇蔬粥		炒米粉		玉米玉子燒	時令蔬菜	南瓜肉片蔬菜湯	時令水果	玉米麵包	鮮奶	
6月17日	週六	水煮玉米	鮮奶	白米飯	蒜泥白肉	醬燒馬鈴薯蘿蔔	時令蔬菜	牛蒡雞湯	時令水果	綠豆椰奶西米露		
6月19日	週一	馬拉糕	黑芝麻豆漿	糙米飯	糖醋彩蔬肉片	肉絲玉米烘蛋	時令蔬菜	蕃茄金菇高麗菜湯	時令水果	蔬菜蘿蔔糕湯		
6月20日	週二	絲瓜蛋花麵線		油飯		玉米炒荷蘭豆	時令蔬菜	木須肉絲湯	時令水果	叉燒包	鮮奶	
6月21日	週三	水煮蛋	決明子茶	胚芽米飯	香蒜鮭魚佐時蔬	小黃瓜炒海帶根	時令蔬菜	桂圓紅棗雞湯	時令水果	鮮奶豆花甜湯		
6月26日	週一	肉包	鮮奶	白米飯	豆豉炒肉絲	洋蔥紅絲炒蛋	時令蔬菜	味噌紫菜湯	時令水果	胡瓜鹹粥		
6月27日	週二	蔬菜海鮮粥		糙米飯	蔥油雞	玉米嫩豆腐	時令蔬菜	冬瓜薏仁排骨湯	時令水果	小肉圓		
6月28日	週三	茶葉蛋	鮮奶	義大利麵	紅醬絞肉	沙拉馬鈴薯	時令蔬菜	薑絲蜆湯	時令水果	薑汁地瓜甜湯		
6月29日	週四	草莓三明治	鮮奶	白米飯	香酥魚片	螞蟻上樹	時令蔬菜	海結豆腐蛋花湯	時令水果	味噌肉片高麗鳥龍麵		
6月30日	週五	香菇肉粥		披薩大餐							楓糖銅鑊燒	黑芝麻豆漿

提醒您~此份營養餐點表均以幼兒整日的營養需求所設計，建議保持菜單配置，讓幼兒每日攝取完善的營養唷！