

114	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 2 日	週一	奶黃包	鮮奶	糙米飯	蒜泥白肉	芝麻海帶芽	時令蔬菜	筍片雞湯	時令水果	香菇滑蛋肉粥	
6 月 3 日	週二	皮蛋瘦肉粥		胚芽米飯	洋蔥燒雞	番茄炒蛋	時令蔬菜	金針排骨湯	時令水果	小黑饅頭	鮮奶
6 月 4 日	週三	水果裸蛋糕	決明子茶	烏龍麵	什錦肉絲	三杯杏鮑菇	時令蔬菜	豆腐紫菜蛋花湯	時令水果	鳳梨銀耳湯	
6 月 5 日	週四	客家粿仔湯麵		胚芽米飯	香菇燉肉	蛋花絲瓜	時令蔬菜	金菇肉片湯	時令水果	關東煮	
6 月 6 日	週五	清粥小菜		白米飯	白醬奶油雞	吻魚蒸蛋	時令蔬菜	玉米馬鈴薯濃湯	時令水果	超軟牛奶麵包	鮮奶
6 月 9 日	週一	玉米脆片	鮮奶	糙米飯	蒲燒鯛魚	奶香馬鈴薯玉米	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	紅豆薏仁甜湯	
6 月 10 日	週二	蔬菜海鮮粥		胚芽米飯	麻油薑炒雞	櫛瓜炒蛋	時令蔬菜	蒜頭蛤蠣雞湯	時令水果	小銀絲捲	紅棗茶
6 月 11 日	週三	蕃茄蔬菜刀削麵		玉米蛋炒飯	鮭魚	三杯海茸	時令蔬菜	黃豆芽排骨湯	時令水果	冬瓜檸檬愛玉	
6 月 12 日	週四	馬鈴薯沙拉	鮮奶	白米飯	筍干燉肉	芹香豆腐	時令蔬菜	菇菇雞湯	時令水果	高麗菜雞茸粥	
6 月 13 日	週五	翡翠鮪魚粥		胚芽米飯	清炒蝦	菜脯蛋	時令蔬菜	南瓜肉片蔬菜湯	時令水果	蔓越莓輕起司	鮮奶
6 月 16 日	週一	馬拉糕	鮮奶	糙米飯	醬燒鮮魚	玉米烘蛋	時令蔬菜	蕃茄金菇高麗菜湯	時令水果	蔬菜蘿蔔糕蛋花湯	
6 月 17 日	週二	絲瓜蛋花麵線		白飯	杏菇三杯雞	小黃瓜炒海帶根	時令蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	叉燒包	鮮奶
6 月 18 日	週三	水煮蛋	米漿	水餃	香菇炒肉絲	什錦炒菇	時令蔬菜	桂圓紅棗雞湯	時令水果	花生豆花甜湯	
6 月 19 日	週四	通心濃湯		糙米飯	鐵板蘑菇豬柳	紅燒豆腐	時令蔬菜	香菇雞湯	時令水果	古早味芽菜米苔目湯	
6 月 20 日	週五	魚柳蔬菜粥		白米飯	瓜子肉	香菇滷白菜	時令蔬菜	蔬菜豆腐酸辣湯	時令水果	火腿起司厚片	鮮奶
6 月 23 日	週一	小籠湯包	鮮奶	胚芽米飯	豆鼓炒肉絲	香菇玉米蒸蛋	時令蔬菜	蓮藕雞煲湯	時令水果	胡瓜鹹粥	
6 月 24 日	週二	雞絲麵		糙米飯	酥炸翅小腿	煎雞蛋豆腐	時令蔬菜	冬瓜薏仁排骨湯	時令水果	蔬菜雲吞麵	
6 月 25 日	週三	茶葉蛋	鮮奶	義大利麵	洋蔥茄汁燒雞片	沙拉馬鈴薯	時令蔬菜	薑絲蜆湯	時令水果	薑汁地瓜綠豆甜湯	
6 月 26 日	週四	味噌肉片高麗烏龍麵		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	水煮玉米	黑芝麻豆漿
6 月 27 日	週五	香菇肉粥		胚芽米飯	奶油蒜蓉蝦	醬燒馬鈴薯蘿蔔	時令蔬菜	牛蒡雞湯	時令水果	黑糖小麵包	鮮奶
6 月 30 日	週一	蕃茄蛋花粥		白米飯	蒜炒肉片	魚香豆腐	時令蔬菜	木須肉絲湯	時令水果	鮮奶酪	
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！											