

新北市新店區青潭國小附設幼兒園115年度暑假 第01至05週餐點檢核表

週次	日期	星期	上午點心	午餐					下午點心
				主食	主菜	配菜一	配菜二	湯品	
第01週		一							
		二							
		三							
		四							
	07月03日	五	味噌拉麵	五穀飯	打拋豬	高麗菜炒蛋	美味蔬菜	羅宋湯	起司火腿堡、薏仁糙米漿
第02週	07月06日	一	什錦雞絲麵	燕麥飯	梅干扣肉	五柳豆包	美味蔬菜	瓜子排骨湯	螞蟻上樹
	07月07日	二	蔬菜鮭魚粥	胚芽飯	滷雞腿	三色肉末	美味蔬菜	銀耳蓮子湯	關東煮
	07月08日	三	日式烏龍麵	什錦湯餃		黑糖小饅頭	美味蔬菜		香菇肉燥乾麵
	07月09日	四	玉米雞肉粥	五穀飯	蠔油蒸魚	糖醋雞丁	美味蔬菜	義式番茄蔬菜湯	綠豆薏仁
	07月10日	五	肉羹麵線	燕麥飯	番茄燉肉	紅燒豆腐	美味蔬菜	牛蒡排骨湯	全麥葡萄餐包、鮮豆漿
第03週	7月13日	一	芝麻包	胚芽飯	醬瓜絞肉	木耳三絲	美味蔬菜	四神湯	蛋汁雞絲麵
	7月14日	二	芋頭米粉湯	五穀飯	紅燒鯛魚	玉米筍燴雞片	美味蔬菜	南瓜番茄湯	白菜肉絲湯麵
	7月15日	三	田園蔬菜粥	香菇肉羹麵		三杯豆腐	美味蔬菜		美味地瓜、蘋果
	7月16日	四	鍋燒意麵	燕麥飯	咖哩雞	番茄炒蛋	美味蔬菜	玉米濃湯	紫米養生粥
	7月17日	五	山藥皮蛋瘦肉粥	胚芽飯	南瓜燉肉	大黃瓜炒丸子	美味蔬菜	山藥雞湯	蘑菇PIZZA、優酪乳
第04週	7月20日	一	海帶芽冬粉	五穀飯	蔥爆雞丁	客家小炒	美味蔬菜	海苔湯	黑糖枸杞饅頭
	7月21日	二	菇菇瘦肉粥	燕麥飯	糖醋肉片	日式蔥燒豆腐	美味蔬菜	筍子湯	炒飯條
	7月22日	三	番茄雞蛋烏龍	胚芽飯	白菜什錦燴飯	彩椒雞丁	美味蔬菜	肉骨茶	陽春麵
	7月23日	四	芋香鹹粥	五穀飯	炒三鮮	玉米炒絞肉	美味蔬菜	海帶芽豆腐味噌湯	八寶粥
	7月24日	五	擔仔麵	燕麥飯	杏鮑菇滷肉	魷仔魚炒蛋	美味蔬菜	玉米排骨湯	蔓越莓貝果、鮮豆漿
第05週	7月27日	一	起司火腿吐司	胚芽飯	回鍋肉	乾煸四季豆	美味蔬菜	馬鈴薯排骨湯	紅豆麥角
	7月28日	二	鍋燒雞絲麵	五穀飯	三杯雞	玉米洋蔥炒蛋	美味蔬菜	青菜豆腐湯	炒麵
	7月29日	三	莧菜小魚粥	大滷麵		滷味	美味蔬菜		美味地瓜、葡萄
	7月30日	四	三絲冬粉	燕麥飯	鵪鶉蛋滷肉燥	蘑菇燒豆腐	美味蔬菜	蘿蔔玉米湯	雲吞湯
	7月31日	五	皮蛋瘦肉粥	胚芽飯	蒜泥白肉	芹菜三絲	美味蔬菜	菇菇蛋花湯	三明治、鮮奶

※ 本餐點表設計依據為「幼兒園餐點食物內容及營養基準(109.12.28修訂)」。
 ※ 本餐點表報請單位主管核準後實施。

※ 本學期餐點表經餐點會議討論結果，將以五週為一週期，採循環菜單制。

※ 「本園一律使用國產豬食材」、「本園未使用輻射污染食品」。

※ 每日供應餐點總熱量共約700卡。

※ 餐點內容依季節或活動偶會有適時調整，僅供參考。若幼生有特殊需求，請事先主動告知班級教師。

※ 餐點內容含有花生、牛奶、蛋、堅果、含麩質之穀物、大豆、魚類等及其製品，不適合對其過敏體質者食用，請自行留意並事先告知！