

雙連幼兒園 114 年 6 月份餐點表

日期	星期	早點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧	豆魚蛋肉	蔬菜	水果
2	一	起酥蛋糕	冬瓜燴麵輪、雙蔥蛋、菇菇肉絲湯 青菜-、水果-	芋頭椰奶西米露	✓	✓	✓	✓
3	二	雞肉玉米粥	味噌蘿蔔燒肉、紅燒豆腐、大黃瓜雞絲湯 青菜-、水果-	蕃茄肉醬麵	✓	✓	✓	✓
4	三	海帶芽蛋花湯	木須炒麵、筍絲排骨湯 青菜-、水果-	低糖優酪乳	✓	✓	✓	✓
5	四	油豆腐細粉	三杯雞、開陽白菜、南瓜湯 青菜-、水果-	關東煮	✓	✓	✓	✓
6	五	水果雙拼	糖醋里肌、柳葉魚、牛蒡湯 青菜-、水果-	芝麻包	✓	✓	✓	✓
9	一	葡萄吐司 糙米奶	絲瓜燴金針菇、紅蘿蔔炒蛋、蕃茄魚丸湯 青菜-、水果-	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
10	二	小米蔓越莓粥	家常香菇滷肉、日料豆腐燒、冬瓜排骨湯 青菜-、水果-	菜脯餅 低糖豆漿	✓	✓	✓	✓
11	三	蔬菜蛋花湯	滷肉飯、白菜燴豆腐、芹菜黃瓜湯 青菜-、水果-	冬瓜仙草米苔目	✓	✓	✓	✓
12	四	慶生蛋糕	奶油玉米雞丁、珍珠丸子、香菇蘿蔔湯 青菜-、水果-	鮮肉細粉	✓	✓	✓	✓
13	五	毛豆 水果	馬鈴薯燉肉、甜不辣炒豆乾、紫菜吻仔魚湯 青菜-、水果-	雪白乳酪球麵包	✓	✓	✓	✓
16	一	葡萄乾燕麥奶	雙菇油豆腐、蕃茄炒蛋、玉米肉絲湯 青菜-、水果-	絲瓜蛋麵線	✓	✓	✓	✓
17	二	蔬菜魚片粥	鳳梨木耳炒肉絲、塔香海茸、金針花排骨湯 青菜-、水果-	日式拉麵	✓	✓	✓	✓
18	三	蕃茄菇菇湯	咖哩飯、洋蔥味噌豆腐湯 青菜-、水果-	低糖養樂多	✓	✓	✓	✓
19	四	綠豆沙西米露	醬爆雞丁、蠔油蒜香粉絲、紫菜蛋花湯 青菜-、水果-	水餃	✓	✓	✓	✓
20	五	水果雙拼	叉燒肉、豆瓣豆腐、黃豆芽小魚湯 青菜-、水果-	黑糖饅頭	✓	✓	✓	✓
23	一	乳酪蔓越莓麵包	醬燒香菇馬鈴薯、蔬菜燴蛋、蘿蔔貢丸湯 青菜-、水果-	冰心地瓜	✓	✓	✓	✓
24	二	山藥麥片粥	竹筍炒肉絲、咖哩南瓜、香菇雞湯 青菜-、水果-	鍋燒烏龍麵	✓	✓	✓	✓
25	三	綠豆薏仁湯	什錦日式炒麵、蔬菜雞絲湯 青菜-、水果-	檸檬愛玉山粉圓	✓	✓	✓	✓
26	四	蔬菜肉絲麵線	茄汁雞丁、三色豆炒肉末、蕃茄蛋花湯 青菜-、水果-	鹹蛋糕	✓	✓	✓	✓
27	五	水煮蛋 水果	蛋酥西魯肉、黃金魚塊、山藥枸杞湯 青菜-、水果-	奶皇包	✓	✓	✓	✓
30	一	健康餅乾 黑芝麻豆漿	紅燒烤麩塊、洋蔥玉米蛋、海帶芽雞丁湯 青菜-、水果-	蔬菜蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓

◎每週安排兩次五穀雜糧飯，週一推行蔬食餐。

◎餐點完全不添加味精，並以少油、少鹽、低糖為原則。

◎全面使用台灣豬肉，食品皆為知名廠牌之產品。

◎本餐點表若因時令或配合活動時，可能稍作更改，敬請見諒。

承辦：

主任：

園長：