

雙連幼兒園 115 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 |
| 1 | 一 | 雪白乳酪球麵包 | 杏鮑菇滷油豆腐、玉米炒蛋、冬菜肉羹湯 青菜-、水果- | 紅豆紫米粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 2 | 二 | 葡萄乾燕麥奶 | 黃金魚塊、絲瓜燴冬粉、三絲湯 青菜-、水果- | 蕃茄義大利麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 3 | 三 | 小米鹹粥 | 咖哩飯、紫菜蛋花湯 青菜-、水果- | 方塊酥 冬瓜檸檬 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 4 | 四 | 味噌蔬菜湯 | 蒜泥白肉、什錦豆腐、菇菇湯 青菜-、水果- | 黑糖米苔目 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 5 | 五 | 綠豆沙西米露 | 醬爆雞丁、開陽白菜、昆布蘿蔔湯 青菜-、水果- | 小肉包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 8 | 一 | 鮮肉細粉 | 主廚創意蔬食、雙色蛋、榨菜肉片湯 青菜-、水果- | 香菇蔬菜麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 9 | 二 | 水煮蛋 水果 | 蕃茄白菜燉肉、珍珠丸子、菠菜湯 青菜-、水果- | 南瓜鹹粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 10 | 三 | 慶生蛋糕 | 高麗菜飯、南瓜湯 青菜-、水果- | 檸檬愛玉 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 11 | 四 | 滑蛋吻仔魚粥 | 沙茶肉絲、家常豆腐、牛蒡湯 青菜-、水果- | 葡萄吐司 五穀奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 12 | 五 | 蘿蔔糕湯 | 玉米雞丁、醬燒冬瓜肉末、蕃茄蛋花湯 青菜-、水果- | 芝麻包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 15 | 一 | 蘋果丁麵包 | 主廚創意蔬食、菜脯蛋、木耳肉絲湯 青菜-、水果- | 日式拉麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 16 | 二 | 海帶芽豆腐湯 | 西魯肉、炒三絲、洋蔥味噌湯 青菜-、水果- | 冬瓜仙草 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 17 | 三 | 綠豆薏仁 | 親子丼、小魚黃豆芽湯 青菜-、水果- | 關東煮 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 18 | 四 | 蔬菜雞肉粥 | 叉燒肉、燴雙菇、香芹蘿蔔湯 青菜-、水果- | 冰心地瓜 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 19 | 五 | 端午節 | | | | | | |
| 22 | 一 | 紅豆元寶 | 主廚創意蔬食、炒素木須、蘿蔔魚丸湯 青菜-、水果- | 鍋燒烏龍麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 23 | 二 | 什錦蔬菜湯 | 義式烤雞、紅燒南瓜、大黃瓜湯 青菜-、水果- | 山藥麥片粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 24 | 三 | 毛豆 水果 | 壽喜燒、三色豆鮪魚、白菜香菇湯 青菜-、水果- | 水餃 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 25 | 四 | 鹹米苔目 | 三杯雞、西魯菜、金針花冬瓜湯 青菜-、水果- | 高纖餅乾 低糖優酪乳 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 26 | 五 | 香菇玉米粥 | 糖醋肉、芹菜炒豆干、紫菜蛋花湯 青菜-、水果- | 黑糖饅頭 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 29 | 一 | 百合蛋糕 | 主廚創意蔬食、蠔油冬粉、筍絲雞肉湯 青菜-、水果- | 油豆腐細粉 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 30 | 二 | 桂圓枸杞粥 | 馬鈴薯燒肉、日式豆腐、玉米湯 青菜-、水果- | 鹹菠蘿麵包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

- ◎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：