

新中華文藻幼兒園

【114年8月餐點表】

第一週	熱量(kcal)	熱量(kcal)	熱量(kcal)	8/1(五)	熱量(kcal)
早餐				草莓土司 牛奶	117
午餐				(香Q白米飯) 古早味肉燥 鮮蔬甜條 季節時蔬 紫菜蛋花湯 四季水果	450
點心				鮮蔬糯米條	143
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類
第二週	8/4(一)	8/5(二)	8/6(三)	8/7(四)	8/8(五)
早餐	蔬菜麵線	芝麻拌麵	起士三明治 牛奶	銀絲捲 牛奶	沙拉蛋吐司 牛奶
午餐	(香Q白米飯) 雞蛋豆腐煲 塔香海芽 季節時蔬 番茄金針湯 四季水果	(玉米肉絲蛋炒飯) 腐皮高麗菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 芋頭滷肉末 紅蘿蔔炒蛋 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果	(香Q白米飯) 馬鈴薯燉肉 銀芽三絲 季節時蔬 竹筍雞湯 四季水果	(營養糙米飯) 冬菜雞 金瓜米粉 季節時蔬 什錦金針湯 四季水果
點心	芋頭米粉湯	什錦米苔目	吻魚玉米粥	美味關東煮	擔仔麵
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類
第三週	8/11(一)	8/12(二)	8/13(三)	8/14(四)	8/15(五)
早餐	牛奶饅頭 牛奶	鮭魚三明治 牛奶	滑蛋麵線	蘿蔔糕湯	芋頭饅頭 牛奶
午餐	(菇菇燴飯) 四季水果	(營養糙米飯) 打拋豬 韭香什錦 季節時蔬 玉米清蒸雞骨湯 四季水果	(香Q白米飯) 吻仔魚炒豆干 三絲炒蛋 季節時蔬 蘿蔔排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 香Q肉燥 什錦炒肉羹 季節時蔬 青芽雞湯 四季水果	(香Q白米飯) 冬瓜燉肉 玉米燒洋芋 季節時蔬 青菜蛋花湯 四季水果
點心	玉米雞蛋粥	鮮蔬糯米條	魚丸米粉湯	鍋燒烏龍麵	雞蓉玉米粥
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類
第四週	8/18(一)	8/19(二)	8/20(三)	8/21(四)	8/22(五)
早餐	草莓土司 牛奶	蔬菜水餃湯	芝麻拌麵	黑糖饅頭 牛奶	起士三明治 牛奶
午餐	(香Q白米飯) 番茄炒蛋 爆三香 季節時蔬 洋蔥菇菇湯 四季水果	(營養糙米飯) 茄汁鯖魚燒豆腐 鮮蔬甜條 季節時蔬 榨菜肉絲湯 四季水果	(日式親子丼飯) 味噌海芽湯 四季水果	(香Q白米飯) 杏鮑菇滷肉末 青豆仁燴蛋 季節時蔬 冬瓜雞湯 四季水果	(營養糙米飯) 台式小炒 什錦炒豆薯 季節時蔬 鮮菇什錦湯 四季水果
點心	蔬菜湯麵	肉絲什錦麵	廣東粥	美味關東煮	擔仔麵
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類
第五週	8/25(一)	8/26(二)	8/27(三)	8/28(四)	8/29(五)
早餐	滑蛋麵線	鮭魚三明治 牛奶	銀絲捲 牛奶	蘿蔔糕湯	沙拉蛋吐司 牛奶
午餐	(香Q白米飯) 涼拌豆腐 什錦南瓜 季節時蔬 玉米蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 鮮蔬肉絲 塔香茄子 季節時蔬 豆薯雞湯 四季水果	(香Q白米飯) 蒜香吻仔魚 白玉炒肉絲 季節時蔬 南瓜雞湯 四季水果	(營養糙米飯) 豆輪燉肉 醬爆豆干片 季節時蔬 三絲湯 四季水果	(什錦肉羹燴飯) 四季水果
點心	大滷麵	竹筍瘦肉香菇粥	鍋燒烏龍麵	魚丸米粉湯	雞蓉玉米粥
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類	☒ 全穀根莖類 ☒ 豆魚肉蛋類

※本園供應的雞蛋皆為國產雞蛋，蛋品來源：洽豐畜牧場
 ※食材選用優質健康的國產生鮮豬肉及雞肉
 ※水果時蔬會因季節性或連續假期做些微調整，每天餐點拍照公告於本園官網，請家長上網了解

水果時蔬會因季節性或連續假期做些微調整
 食採選用優質健康的國產生鮮豬肉及雞肉