

新中華文藻幼兒園

【115年7月餐點表】

第一週					7/1(三)	熱量(kcal)	7/2(四)	熱量(kcal)	7/3(五)	熱量(kcal)
早餐					銀絲捲 牛奶	128	沙拉蛋吐司 牛奶	145	蘿蔔糕湯	108
午餐					(日式親子丼飯) 味噌海芽湯 四季水果	436	(營養糙米飯) 蒜香吻仔魚 醬香豆干片 季節時蔬 清蔬玉米雞骨湯 四季水果	448	(香Q白米飯) 芋丁滷肉末 雙色炒蛋 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果	445
點心					鮮蔬糯米條	143	鍋燒烏龍麵	167	銀魚玉米粥	140
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	☒ 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	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第二週	7/6(一)	熱量(kcal)	7/7(二)	熱量(kcal)	7/8(三)	熱量(kcal)	7/9(四)	熱量(kcal)	7/10(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	135	鮭魚三明治 牛奶	147	黑糖饅頭 牛奶	125	起士三明治 牛奶	142	芋頭饅頭 牛奶	119
午餐	(營養糙米飯) 滷豆輪 什錦南瓜 季節時蔬 田野蔬菜湯 四季水果	415	(香Q白米飯) 麻婆豆腐 銀芽三絲 季節時蔬 榨菜肉絲湯 四季水果	438	(咖哩雞肉飯) 海芽蛋花湯 四季水果	447	(營養糙米飯) 花瓜雞 毛豆燴三色 季節時蔬 竹筍雞湯 四季水果	451	(香Q白米飯) 打拋豬 鮮蔬甜條 季節時蔬 冬瓜雞湯 四季水果	450
點心	芋頭米粉湯	131	擔仔麵	145	美味關東煮	163	雞蓉玉米粥	144	什錦米苔目	145
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	☒ 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	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第三週	7/13(一)	熱量(kcal)	7/14(二)	熱量(kcal)	7/15(三)	熱量(kcal)	7/16(四)	熱量(kcal)	7/17(五)	熱量(kcal)
早餐	牛奶饅頭 牛奶	119	芝麻拌麵	126	蔬菜水餃湯	125	蔬菜麵線	127	草莓土司 牛奶	117
午餐	(香Q白米飯) 什錦油豆腐 青豆仁燴蛋 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果	439	(玉米肉絲蛋炒飯) 綜合蔬菜湯 四季水果	426	(營養糙米飯) 雙色燻肉 塔香茄子 季節時蔬 一品冬瓜湯 四季水果	448	(香Q白米飯) 銀魚炒豆干 小瓜燴炒 季節時蔬 金針雞湯 四季水果	446	(營養糙米飯) 茄汁雞丁 爆三香 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果	451
點心	蔬菜湯麵	132	魚丸米粉湯	152	廣東粥	163	鮮蔬糯米條	143	鍋燒烏龍麵	167
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	☒ 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	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第四週	7/20(一)	熱量(kcal)	7/21(二)	熱量(kcal)	7/22(三)	熱量(kcal)	7/23(四)	熱量(kcal)	7/24(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	135	鮭魚三明治 牛奶	147	沙拉蛋吐司 牛奶	145	蘿蔔糕湯	108		
午餐	(香Q白米飯) 榨菜炒麵腸 番茄炒蛋 季節時蔬 芹香芋湯 四季水果	433	(營養糙米飯) 冬瓜燻肉 鮮菇百匯 季節時蔬 牛蒡雞湯 四季水果	439	(香Q白米飯) 瓜仔肉 金瓜米粉 季節時蔬 竹筍雞湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 嫩菇燻雞 洋蔥炒紅薯 季節時蔬 玉米蛋花湯 四季水果	451	畢業典禮暨 年度成果公演	
點心	玉米蛋花粥	136	擔仔麵	145	美味關東煮	163	雞蓉玉米粥	144		
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	☒ 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	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類
第五週	7/27(一)	熱量(kcal)	7/28(二)	熱量(kcal)	7/29(三)	熱量(kcal)	7/30(四)	熱量(kcal)	7/31(五)	熱量(kcal)
早餐							蔬菜麵線	127	草莓土司 牛奶	117
午餐	放大暑假		放大暑假		放大暑假		(什錦炒飯) 青菜豆腐湯 四季水果	426	(香Q白米飯) 豆干滷肉末 韭香什錦 季節時蔬 豆薯雞湯 四季水果	448
點心							魚丸米粉湯	152	大滷麵	131
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	☒ 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	☒ 蔬菜類 ☒ 水果類

※本園供應的雞蛋皆為國產雞蛋，蛋品來源：嘉豪畜牧場

※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，每天實際菜色拍照公告於本園官網，請家長上網了解

※若菜單公布後有更正，會在前一天的官網及班級app提前告知家長更正後的餐點表