

新中華文藻幼兒園

【115年6月餐點表】

第一週	6/1(一)	熱量(kcal)	6/2(二)	熱量(kcal)	6/3(三)	熱量(kcal)	6/4(四)	熱量(kcal)	6/5(五)	熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	鮭魚三明治 牛奶	147	銀絲捲 牛奶	128	蔬菜水餃湯	125	蘿蔔糕湯	108
午餐	(香菇燴飯) 四季水果	427	(營養糙米飯) 花瓜雞丁 蒲瓜燴炒 季節時蔬 玉米蛋花湯 四季水果	452	(香Q白米飯) 豆干滷肉末 玉米燒洋芋 季節時蔬 冬瓜雞湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 三絲炒肉絲 塔香茄子 季節時蔬 竹筍雞湯 四季水果	446	(香Q白米飯) 芋香燴肉 什錦炒肉羹 季節時蔬 金針雞湯 四季水果	448
點心	芋頭米粉湯	131	鮮蔬裸仔條	143	鍋燒烏龍麵	167	銀魚玉米粥	140	美味關東煮	163
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類	
第二週	6/8(一)	熱量(kcal)	6/9(二)	熱量(kcal)	6/10(三)	熱量(kcal)	6/11(四)	熱量(kcal)	6/12(五)	熱量(kcal)
早餐	牛奶饅頭 牛奶	119	沙拉蛋吐司 牛奶	145	起士三明治 牛奶	142	草莓土司 牛奶	117	滑蛋麵線	125
午餐	(營養糙米飯) 榨菜炒麵腸 薑燉南瓜 季節時蔬 三絲湯 四季水果	438	(香Q白米飯) 麻婆豆腐 紅蘿蔔炒蛋 季節時蔬 牛蒡雞湯 四季水果	448	(營養糙米飯) 銀魚炒豆干 茄汁甜條 季節時蔬 黃瓜雞湯 四季水果	451	(日式親子丼飯) 味噌海芽湯 四季水果	436	(香Q白米飯) 冬菜雞 彩椒銀芽 季節時蔬 木耳肉絲湯 四季水果	446
點心	蔬菜湯麵	132	擔仔麵	145	雞蓉玉米粥	144	魚丸米粉湯	152	肉絲什錦麵	152
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類	
第三週	6/15(一)	熱量(kcal)	6/16(二)	熱量(kcal)	6/17(三)	熱量(kcal)	6/18(四)	熱量(kcal)	6/19(五)	熱量(kcal)
早餐	芋頭饅頭 牛奶	119	鮭魚三明治 牛奶	147	銀絲捲 牛奶	128	芝麻拌麵	126		
午餐	(香Q白米飯) 雞蛋豆腐煲 塔香海芽 季節時蔬 番茄白菜湯 四季水果	436	(營養糙米飯) 冬瓜燻肉 洋蔥炒紅薯 季節時蔬 豆薯雞湯 四季水果	447	(香Q白米飯) 茄汁雞丁 合菜蛋絲 季節時蔬 蒲瓜雞湯 四季水果	449	(粽香飯) 蔬菜綜合湯 四季水果	430	端午節放假一天	
點心	大滷麵	131	廣東粥	176	鍋燒烏龍麵	167	鮮蔬裸仔條	143		
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類	
第四週	6/22(一)	熱量(kcal)	6/23(二)	熱量(kcal)	6/24(三)	熱量(kcal)	6/25(四)	熱量(kcal)	6/26(五)	熱量(kcal)
早餐	滑蛋麵線	125	草莓土司 牛奶	117	黑糖饅頭 牛奶	125	蘿蔔糕湯	108	沙拉蛋吐司 牛奶	145
午餐	(營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 洋葱炒蛋 季節時蔬 鮮筍珍菇湯 四季水果	437	(玉米肉絲蛋炒飯) 青菜豆腐湯 四季水果	426	(香Q白米飯) 馬鈴薯燻肉 鮮菇百燴 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果	447	(營養糙米飯) 茄汁鯖魚燒豆腐 金瓜炒米粉 季節時蔬 玉米清蔬雞骨湯 四季水果	445	(香Q白米飯) 打拋豬 小瓜燴炒 季節時蔬 海芽蛋花湯 四季水果	448
點心	南瓜蔬菜粥	135	魚丸米粉湯	152	擔仔麵	145	蔬菜湯麵	132	雞蓉玉米粥	144
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類	
第五週	6/29(一)	熱量(kcal)	6/30(二)	熱量(kcal)		熱量(kcal)		熱量(kcal)		熱量(kcal)
早餐	蔬菜麵線	127	蔬菜水餃湯	125						
午餐	(香Q白米飯) 番茄炒蛋 爆三香 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果	439	(營養糙米飯) 杏鮑菇燻雞丁 鮮蔬甜條 季節時蔬 南瓜雞湯 四季水果	451						
點心	什錦米苔目	145	美味關東煮	163						
餐點類別檢核	☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 水果類		☒ 全穀根莖類 ☒ 蔬菜類 ☒ 豆魚肉蛋類 ☒ 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