

愛幼幼兒園 112 年 7 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
7/3（一）	鍋燒意麵 （白菜、火鍋料、蛋）	皮蛋瘦肉粥（皮蛋、芹菜珠、瘦肉片、油條）、西瓜	紅豆薏仁
7/4（二）	蔬菜小魚粥 （菠菜、吻仔魚、蛋）	鯖魚鮮蔬麵（鯖魚罐、豆芽、韭綠）、木瓜	台式關東煮(黑輪、米血、芹珠)
7/5（三）	沙其馬、養生茶 （枸杞、紅棗）	五穀飯、炒大黃瓜、木須豆腐、海帶結、芹香魚丸湯、奇異果	黑糖饅頭 海芽湯
7/6（四）	蔬菜吐司捲(大陸妹、番茄、蛋)、豆漿	古早味旗魚米粉羹（雞胸骨高湯、蛋酥、白蘿蔔、高麗菜、紅蘿蔔、香菇、芹珠、青蒜、魚羹）、芒果	黑糖西谷米 （綠豆、粉圓）
7/7（五）	草莓三明治、牛奶	花瓜肉燥飯、蒜香粉絲高麗菜、香菇炒青江、絲瓜湯、火龍果	綜合水果凍(蘋果、鳳梨)
7/10（一）	葡萄燕麥小米粥	古早味鹹粥（蘿蔔絲、蝦米、肉絲、香菇）、西瓜	綠豆豆花
7/11（二）	玉米鮪魚蛋餅 蔬菜湯	什錦滷米粉（金針、紅白蘿蔔丁、魚漿丸、肉漿丸、香菇）、木瓜	皮蛋瘦肉粥(皮蛋、瘦肉、油條)
7/12（三）	波蘿麵包、豆漿	梅干扣肉飯、木耳炒蛋、薑絲小白菜、鮮菇高麗菜、紫菜湯、奇異果	山藥雞肉粥(山藥丁、雞胸肉、高麗菜)
7/13（四）	雞蛋麵線	日式蕎麥涼麵（小黃瓜、紅蘿蔔絲、蛋皮絲）、冬瓜蛤蜊湯、芒果	綠豆薏仁湯
7/14（五）	葡萄土司、蛋花湯	地瓜飯、滷雞肉、蝦皮蔥末南瓜、炒青江、莧菜小魚湯、火龍果	蔬菜意麵 （魚板、肉絲、白菜、蛤蜊）
7/17（一）	絲瓜麵線	水餃（高麗菜、蔥珠、肉燥）、酸辣湯（豬血、豆腐、木耳、紅蘿蔔絲、榨菜）西瓜	鴨肉冬粉(鴨肉塊、冬菜、粉絲)
7/18（二）	蔬菜湯餃 （白菜、高麗菜水餃）	炒烏龍（高麗菜、肉絲、香菇、蘿蔔絲）、仙草蜜、木瓜	蔬菜雞蓉粥（雞肉、香菇、筍丁）
7/19（三）	紅豆麵包、豆漿	糙米飯、海帶黃豆燒肉、紅蘿蔔炒蛋、白菜燴翅、豆薯滑蛋湯、奇異果	雞蛋鹹豆花湯(雞蛋、金針菇、蝦皮)
7/20（四）	五穀八寶粥 （穀米、龍眼乾）	漢堡（煎肉片、煎蛋、大陸妹、番茄片、美乃滋）、玉米濃湯（玉米、蛋、南瓜、馬鈴薯）芒果	蔬菜五穀粥 （高麗菜、肉燥）
7/21（五）	葡萄土司、糙米漿	香香白米飯、菜圃蛋、炒絲瓜、薑絲炒白菜、番茄蔬菜滑蛋湯、火龍果	五花饅頭 蛋蛋湯
7/24（一）	南瓜蔬菜小米粥 （南瓜、高麗菜、肉末）	營養翡翠吻仔魚粥(吻仔魚粥、莧菜、高麗菜、胡蘿蔔、蛋花)、西瓜	晶玉凝露 （粉角、綠豆、黑糖）
7/25（二）	炸薯片、米漿	肉燥米粉湯（高麗菜、豆芽、韭綠、肉燥、魯丸）木瓜	銀芽茄汁拉麵(豆芽菜、番茄汁、肉末)
7/26（三）	紅豆大燕麥粥	保骨芝麻飯、黃瓜炒蛋、醬炒豆丁、肉燥鵪鶉蛋、牛蒡湯、奇異果	椰香花捲、 紫花湯
7/27（四）	枸杞麵線 （枸杞、麻油、蛋）	水餃（高麗菜、蔥珠、肉燥）、酸辣湯（豬血、豆腐、木耳、紅蘿蔔絲、榨菜）、芒果	日式關東煮(魚板、竹輪、白蘿蔔)
7/28（五）	奶油夾心麵包 豆漿	豬排飯、豆鼓炒龍鬚菜、紅蘿蔔蛋、海帶芽湯、火龍果	薏仁豆花
7/31（一）	水煮地瓜、紫菜湯	海鮮粥（蝦仁、中卷、高麗菜、白蘿蔔、紅蘿蔔、肉絲）西瓜	油豆腐粉絲(油豆腐、粉絲、冬菜)

◎為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品

