

成德附幼 108 年 6 月菜單

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心
3	一	肉包+鮮奶	炒粿條			青菜.水果	貢丸湯	紅豆湯+小布麗麵包
		肉包.鮮奶	粿條.肉絲.洋葱.香菇.高麗菜.蒜苗			時蔬.水果	香菇貢丸.芹菜	紅豆.小布麗麵包
4	二	擔仔麵	五穀珍寶飯	三杯雞	地瓜薯條	青菜.水果	味噌魚片湯	關東煮
		意麵.絞肉.鵝蛋.韭菜.大骨	白米.五穀珍寶	雞肉.米血糕.薑	地瓜條	時蔬.水果	鱈魚片.味噌.豆腐	玉米.香菇貢丸.甜不辣條.白蘿蔔
5	三	鮭魚三明治+低糖豆漿	有機白米飯	洋蔥豬柳	玉米洋芋	青菜.水果	薏仁排骨湯	蜂蜜捲蛋糕+鮮奶
		鮭魚三明治.低糖豆漿	白米.有機米	豬柳.洋蔥.紅蘿蔔.蔥	玉米粒.馬鈴薯.紅蘿蔔	時蔬.水果	大薏仁.排骨.冬瓜	蜂蜜捲蛋糕.鮮奶
6	四	竹筍粥	五穀珍寶飯	糖醋魚	滷蛋.滷花干	青菜.水果	鳳梨苦瓜雞湯	仙草湯+奶油餐包
		白米.竹筍.香菇.肉絲	白米.五穀珍寶	鱈魚.洋葱.鳳梨.紅椒	滷蛋.花干.滷包	時蔬.水果	雞肉.苦瓜.蔴鳳梨	仙草.奶油餐包
7	五	端午節放假一天						
10	一	起司蛋餅+鮮奶	櫻花蝦炒飯			青菜.水果	魚丸湯	山粉圓湯+糙米核桃吐司
		起司蛋餅.鮮奶	白飯.櫻花蝦.雞蛋.蔥			時蔬.水果	鱈魚丸.芹菜	山粉圓.冬瓜磚.糙米核桃吐司
11	二	生日蛋糕+低糖豆漿	五穀珍寶飯	蔘豆雞丁	蒸蛋	青菜.水果	蘿蔔排骨酥湯	愛玉米苔目+小牛角麵包
		生日蛋糕.低糖豆漿	白米.五穀珍寶	雞肉.洋葱.豆豉	雞蛋	時蔬.水果	白蘿蔔.排骨酥	愛玉.玉米苔目.小牛角麵包
12	三	法式奶香核桃麵包+優酪乳	有機白米飯	百頁燒肉	黃瓜鵝蛋	青菜.水果	白菜鮮菇湯	蘿蔔糕+米漿
		法式奶香核桃麵包.優酪乳	白米.有機米	豬肉.百頁豆腐.蔥.薑	大黃瓜.鵝蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔	時蔬.水果	大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇	蘿蔔糕.米漿
13	四	糙米粥	五穀珍寶飯	蝦捲	咖哩洋芋	青菜.水果	竹筍雞湯	鍋燒冬粉
		糙米.排骨.芹菜	白米.五穀珍寶	蝦捲	馬鈴薯.紅蘿蔔.咖哩塊	時蔬.水果	竹筍.雞肉	冬粉.豬肉片.鑫鑫腸.魚板.調味棒.高麗菜
14	五	小籠包+紫菜蛋花湯	地瓜飯	花椒雞腿	毛豆干丁	青菜.水果	金針排骨湯	蛋塔+鮮奶
		肉包.紫菜.雞蛋	白米.地瓜	雞腿.花椒粒	毛豆.熟花生.豆干丁.紅蘿蔔	時蔬.水果	金針.排骨	蛋塔.鮮奶
17	一	饅頭+鮮奶	肉醬義大利麵			青菜.水果	玉米濃湯	綠豆湯+小菠蘿麵包
		饅頭.鮮奶	麵條.洋菇.洋葱.絞肉.義大利肉醬			時蔬.水果	玉米醬.玉米粒.雞蛋.奶油白醬	綠豆.小菠蘿麵包
18	二	蛤蜊絲瓜麵線	五穀珍寶飯	京醬肉絲	炒天婦羅	青菜.水果	牛蒡排骨湯	仙草奶凍+葡萄吐司
		白麵線.蛤蜊.絲瓜	白米.五穀珍寶	豬肉絲.蔥.甜麵醬	甜不辣.竹筍.芹菜	時蔬.水果	牛蒡.排骨	仙草.鮮奶.葡萄吐司
19	三	海綿蛋糕+優酪乳	有機白米飯	南瓜雞丁	紅燒豆包	青菜.水果	山藥排骨湯	水煎包+低糖豆漿
		海綿蛋糕.優酪乳	白米.有機米	雞肉.南瓜	豆包.蔥	時蔬.水果	山藥.排骨	水煎包.低糖豆漿
20	四	鮮肉雲吞	五穀珍寶飯	柳葉魚條	番茄豆腐	青菜.水果	洋芋雞湯	桂圓紅棗茶+芝士條麵包
		雲吞.小白菜	白米.五穀珍寶	柳葉魚條	番茄.豆腐	時蔬.水果	雞肉.馬鈴薯	桂圓乾.紅棗.芝士條麵包
21	五	海鮮粥	地瓜飯	豉汁排骨	玉米拌鮭魚	青菜.水果	蚬仔湯	銅鑼燒+鮮奶
		白米.蚬仁.透抽.蛤蜊.芹菜.玉米粒	白米.地瓜	豆豉.豬排	玉米粒.鮭魚片	時蔬.水果	黃金蚬仔.薑	銅鑼燒.鮮奶
24	一	菜包+鮮奶	起司野菇雞肉燉飯			青菜.水果	海芽排骨湯	花生仁湯+小鮭魚沙拉麵包
		菜包.鮮奶	白米.起司.雞胸肉.洋葱.蘑菇.香菇.奶油			時蔬.水果	海芽.排骨	花生仁.小鮭魚沙拉麵包
25	二	雞絲麵	五穀珍寶飯	香酥雞塊	燴三鮮	青菜.水果	酸辣湯	愛玉湯+紅豆吐司
		雞絲麵.小白菜.雞蛋	白米.五穀珍寶	雞塊	蝦仁.透抽.鱈魚片.豬肉.竹筍.香	時蔬.水果	豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋	愛玉.檸檬.紅豆吐司
26	三	叻仔魚粥	有機白米飯	梅乾扣肉	滑蛋蝦仁	青菜.水果	冬瓜蛤蜊湯	軟式大蒜麵包+低糖豆漿
		白米.叻仔魚.雞蛋.玉米粒	白米.有機米	豬肉.梅乾菜	雞蛋.蝦仁	時蔬.水果	冬瓜.蛤蜊.薑絲	軟式大蒜麵包.低糖豆漿
27	四	肉羹麵	五穀珍寶飯	蒜泥白肉	什錦豆腐	青菜.水果	竹筍排骨湯	地瓜湯+三角肉鬆飯糰
		油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜	白米.五穀珍寶	豬肉片.小黃瓜.蒜末	豆腐.杏鮑菇.紅蘿蔔.玉米.青豆	時蔬.水果	竹筍.排骨	地瓜.黑糖.三角肉鬆飯糰
28	五	香草捲蛋糕+優酪乳	牛肉麵 / 餛飩麵		滷海帶.豆干	青菜.水果	玉米脆片+鮮奶	
		香草捲蛋糕.優酪乳	麵條.牛肉.小白菜.蔥.餛飩		海帶.豆干.滷包	時蔬.水果	玉米脆片.鮮奶	

* 本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。