

112年06月幼生餐點計畫

日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/1 四	貢丸麵線	白飯、芋香排骨、番茄炒蛋、青翠時蔬、海帶結大骨湯、時令水果	海鮮粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/2 五	芋頭饅頭、豆漿	白飯、豆豉魚柳、燴豆腐、青翠時蔬、冬瓜蛤湯、時令水果	仙草蜜	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/5 一	台式鹹粥	白飯、照燒雞腿、茄汁甜條、青翠時蔬、鮮味魚皮湯、時令水果	珍珠粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/6 二	鍋燒意麵	麻醬涼麵、柴魚高湯、時令水果 (南華學館彩排)	日式關東煮	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/7 三	地瓜粥、玉米蛋滷豆枝	白飯、紅燒肉、蠔油桂竹筍、青翠時蔬、薑絲豬肝湯、時令水果	芋香西米露	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/8 四	粿仔湯	白飯、蔥爆豬柳、塔香海帶根、青翠時蔬、肉骨茶湯、時令水果	皮蛋瘦肉粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/9 五	紅豆餐包、麥茶	白飯、香酥柳葉魚、蔥燒嫩豆腐、青翠時蔬、海帶芽湯、時令水果	紅豆紫米粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/12 一	糙米肉茸粥	白飯、油蔥雞、紅絲炒蛋、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯、時令水果	番薯綠豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/13 二	肉燥陽春麵	白飯、蒜泥白肉、開陽白菜、青翠時蔬、丸子湯、時令水果	油豆腐冬粉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/14 三	清粥、蔥花蛋、花瓜	白飯、蔥燒雞柳、茄汁豆包、青翠時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	八寶粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/15 四	香菇板條	鮮蔬燴飯、紫菜蛋花湯、時令水果 (才藝發表會)	菜包、舒跑	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/16 五	鮮奶饅頭、豆漿	白飯、香煎鯖魚、香滷拼盤、青翠時蔬、素當歸湯、時令水果	檸檬愛玉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/17 六	營養什錦粥	白飯、香菇魯肉、黃瓜玉米沙拉、青翠時蔬、蚬仔湯、時令水果	玉米雞茸粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/19 一	魷仔魚粥	白飯、椒鹽雞塊、滷油豆腐、青翠時蔬、玉米蘿蔔湯、時令水果	小米甜粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/20 二	滑蛋雞絲麵	白飯、鵝蛋瓜仔肉、魚香茄子、青翠時蔬、黃瓜大骨湯、時令水果	筍絲鹹粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/21 三	地瓜粥、菜脯蛋、豆漿	肉粽、竹筍大骨湯、時令水果	洋菜凍	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/22 四	端午節放假一天			
6/23 五	彈性放假(6/17補課)			
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/26 一	廣東粥	白飯、三杯雞、螞蟻上樹、青翠時蔬、紫菜蛋花湯、時令水果	番薯芋圓湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/27 二	什錦關廟麵	白飯、海帶結燒肉、燴大黃瓜、青翠時蔬、味噌湯、時令水果	南瓜粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/28 三	清粥、滷豆腐、肉鬆	咖哩飯、香菇雞湯、時令水果	古早味粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/29 四	滑蛋麵線	白飯、香滷肉燥、什錦炒菇、青翠時蔬、枸杞龍骨湯、時令水果	鴨肉冬粉湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/30 五	元氣吐司、麥茶	白飯、清蒸鮮魚、五香豆干、青翠時蔬、薑絲蛤蜊湯、時令水果	大麥粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類

- 本園一律採用國產豬肉食材。
- 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。
- 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。
- 如有特殊情形或慶典活動時，餐點將作適當修改。

