財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義市私立景仁幼兒園

113 年 06 月幼生餐點計畫

日　期	早　餐	午　餐	點　心	自　我　檢　核
6/3 一	台式鹹粥	白飯、照燒雞腿、茄汁甜條、青翠時蔬、蜆仔湯、時令水果	珍珠粉圓	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/4 二	粿仔湯	白飯、鴿蛋瓜仔肉、紅絲炒蛋、青翠時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	皮蛋瘦肉粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/5 三	地瓜粥、豆棗、玉米蛋	肉粽、竹筍大骨湯、時令水果	芋香西米露	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/6 四	鍋燒意麵	五穀米飯、蒜泥白肉、塔香海帶根、青翠時蔬、肉骨茶湯、時令水果	日式關東煮	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/7 五	小餐包、麥茶	白飯、清蒸鮮魚、蔥燒嫩豆腐、青翠時蔬、海帶芽湯、時令水果	紅豆紫米粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
日　期	早　餐	午　餐	點　心	自　我　檢　核
6/10 一	端 午 節 放 假 一 天			
6/11 二	絲瓜豆簽	白飯、椒鹽雞塊、塔香豆干、開陽白菜、丸子湯、時令水果	小米甜粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/12 三	清粥、蔥花蛋、花瓜	麻醬涼麵、柴魚高湯、時令水果 【南華會館彩排】	油豆腐冬粉	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/13 四	玉米雞茸粥	五穀米飯、彩椒雞柳、蠔油桂竹筍、青翠時蔬、大黃瓜湯、時令水果	番薯綠豆湯	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/14 五	鮮奶饅頭、豆漿	白飯、香酥柳葉魚、醬燒冬瓜、青翠時蔬、鮮蔬蛋花湯、時令水果	八寶粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
日　期	早　餐	午　餐	點　心	自　我　檢　核
6/17 一	魩仔魚粥	白飯、油蔥雞、魚香茄子、青翠時蔬、味噌湯、時令水果	檸檬愛玉	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/18 二	滑蛋雞絲麵	白飯、芋香排骨、燴豆腐、青翠時蔬、薑絲豬肝湯、時令水果	筍絲鹹粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/19 三	地瓜粥、菜脯蛋、肉鬆	五穀米飯、蔥爆豬柳、香芹炒豆包、青翠時蔬、雙色蘿蔔湯、時令水果	仙草蜜	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/20 四	貢丸麵線	肉羹飯、紫菜蛋花湯、時令水果 【才藝發表會】	菜包	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/21 五	鮮奶吐司、麥茶	白飯、香煎鯖魚、香滷拼盤、青翠時蔬、冬瓜香菇頭湯、時令水果	海鮮粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
日　期	早　餐	午　餐	點　心	自　我　檢　核
6/24 一	廣東粥	白飯、三杯雞、螞蟻上樹、青翠時蔬、五行蔬菜湯、時令水果	番薯芋圓湯	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/25 二	什錦關廟麵	白飯、香滷肉燥、燴大黃瓜、青翠時蔬、香菇雞湯、時令水果	南瓜粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/26 三	清粥、瓜仔脯蛋、麵筋	咖哩飯、玉米大骨湯、時令水果	古早味粉圓	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/27 四	滑蛋麵線	五穀米飯、海帶結燒肉、什錦炒菇、青翠時蔬、枸杞龍骨湯、時令水果	大麥粥	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類
6/28 五	牛奶燕麥片	白飯、香炒魩仔魚、涼拌豆干、青翠時蔬、薑絲蛤蜊湯、時令水果	鴨肉冬粉湯	☑全穀根莖類☑水果類 ☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類

- 本園一律採用國產豬肉食材。每日午餐飯後皆備有當季水果。
- 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，本園餐點將作適當修改。
- 本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合、對其過敏體質食用者，請告知班導師。