 臺南市私立天資幼兒園

111學年度第二學期7月份餐點表

| 日期 | 星期 | 上午  點心  9:00 | 午 餐  11:30 | 水果 | 下午  點心15:00 | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 7/3 | 一 | 鮮蔬豬肉炒意麵  高麗菜、蔥、國產豬肉、紅蘿蔔、意麵、洋蔥 | 芹香魚片海鮮粥  白米.虱目魚肉.豬肉.花枝.芹菜.高麗菜.洋蔥 | 西瓜 | 果醬吐司＋麥茶  吐司、奶油、麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/4 | 二 | 火腿玉米蛋  火腿丁.雞蛋.玉米 | 奶油培根燴麵  白米.奶油.培根.香菇.洋蔥.高麗菜 | 西瓜 | 地瓜綠豆湯  地瓜.綠豆.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/5 | 三 | 油豆腐細粉  冬粉.油豆腐.紅蘿蔔.蔥. | 台式香腸炒飯+炒蔬菜+紫菜蛋花湯  白米.香腸.洋蔥.蘿蔔絲.時令蔬菜.紫菜.雞蛋.蔥花 | 西瓜 | 蔬菜魚餃湯  魚餃.大白菜.紅蘿蔔 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/6 | 四 | 豚骨滑蛋粥  雞蛋.白米.玉米.洋蔥 | 古早味魯麵羹+炒蔬菜  油麵.魚羹.筍絲.大白菜.時令蔬菜 | 西瓜 | 綜合天婦羅  甜不辣.米血.白蘿蔔. | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/7 | 五 | 木耳鮮菇湯  黑木耳.香菇.秀珍菇. | 彩椒蔬菜豬肉蛋炒飯+冬瓜排骨薑絲湯  白米.彩椒.高麗菜.洋蔥紅蘿蔔.雞蛋.豬肉.冬瓜.薑絲.排骨 | 西瓜 | 珍珠甜湯  珍珠、二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/10 | 一 | 韮香蘿蔔糕湯  韭菜.蘿蔔糕.豆芽菜. | 海鮮滑蛋粥  蝦.花枝.雞蛋.玉米.洋蔥.香菇.青江菜.姜絲 | 西瓜 | 草莓吐司+麥茶  吐司.草莓果醬.麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/11 | 二 | 青豆仁烘蛋  火腿.玉米.雞蛋.蔥.青豆仁 | 三鮮炒麵+紫菜魚丸湯  蝦.花枝.魚.木耳.洋蔥.紅蘿蔔.鐵板麵.紫菜.雞蛋.魚丸 | 西瓜 | 紅豆薏仁粥  紅豆.薏仁.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/12 | 三 | 鍋燒雞絲麵  雞絲麵.小白菜.豬肉 | 茄汁蘑菇鐵板燴飯+綜合鮮蔬湯  番茄.番茄醬.香菇.豬肉.紅蘿蔔.蔥.麵.洋蔥.綜合菇.高麗菜 | 西瓜 | 絲瓜麵線  絲瓜.薑絲.麵線 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/13 | 四 | 芙蓉雞汁粥  白米.玉米.翡翠.雞肉.蔥 | 豚香筍絲大滷麵  麵.雞蛋.肉羹.豆芽菜.高麗菜.筍絲.豬肉.木耳.紅蘿蔔 | 西瓜 | 豆腐蔬菜羹  豆腐.高麗菜.豬肉.黑木耳 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/14 | 五 | 洋芋濃湯  馬鈴薯.玉米.紅蘿蔔.雞蛋.豬肉 | 豬肉水餃＋酸辣湯  水餃皮、高麗菜、豬肉、木耳、豆腐、紅蘿蔔、筍絲、芭樂 | 西瓜 | QQ粉圓甜湯  粉圓.冬瓜.二級砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/17 | 一 | 香煎蘿蔔糕  醬油.蘿蔔糕.蔥 | 鮮燉虱目魚粥  白米.虱目魚肉.豬肉.花枝.芹菜.高麗菜.洋蔥 | 芭樂 | 蛋香吐司+麥茶  吐司.蛋液.大麥.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/18 | 二 | 菠菜翡翠粥  白米.菠菜.木耳 | 榨菜肉絲湯麵  麵條.榨菜絲.小白菜.芹菜.油蔥酥.豬肉 | 芭樂 | 健康燕麥甜湯  大燕麥片.薏仁.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/19 | 三 | 香炒粿仔條  粿仔條.韭菜.豬肉.豆芽菜. | 醬瓜滷香燴飯+玉米排骨湯  白米.香菇.蝦米.豬肉.紅蘿蔔.醬瓜.小鳥蛋.洋蔥.玉米.排骨.芹菜 | 芭樂 | 港式雲吞湯  小白菜.餛飩.芹菜 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/20 | 四 | 蛋香鹹粥  白米.雞蛋.蘿蔔.青豆仁.玉米. | 雙菇炒麵+番茄白菜豆腐湯  金針菇.鮮香菇.油麵.高麗菜.紅蘿蔔.番茄.豆腐.白菜 | 芭樂 | 酥炸甜不辣  甜不辣.洋蔥. | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/21 | 五 | 玉米濃湯  玉米.火腿.牛奶 | 蠔油豆干肉燥飯+炒蔬菜+味噌海帶芽湯  白米.豆干.豬肉.花瓜.蠔油.海帶芽.味噌.小魚乾.洋蔥.蔥花 | 芭樂 | 芋頭西米露  芋頭.牛奶.西米露.二砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/24 | 一 | 香菇貢丸湯  香菇、貢丸.雞蛋、紅蘿蔔 | 高麗菜肉末滑蛋粥  白米、高麗菜、豬肉、雞蛋、洋蔥、紅蘿蔔、玉米、豌豆、當季水果、西瓜 | 芭樂 | 法國吐司＋麥茶  雞蛋、吐司、麥茶包 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/25 | 二 | 吻仔魚菠菜粥  菠菜.吻仔魚.白米 | 柴魚風味關東煮烏龍麵+炒蔬菜  烏龍麵.柴魚.黑輪.花枝羹.醬油.時令蔬菜 | 芭樂 | 同樂會 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 7/26 | 三 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 |
| 7/27 | 四 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 |
| 7/28 | 五 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 | 暑假 |
| 7/31 | 一 | 火腿歐姆蛋  火腿.玉米.雞蛋.蔥 | 什錦海產粥  蝦仁、豬肉、魚肉、筍絲、白米、西瓜 | 芭樂 | 糖霜吐司＋  決明子茶  吐司.糖粉.決明子.砂糖 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

\*本園肉品皆使用國產肉品,敬請家長安心! 2023/06/30製表

