

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	四	饅頭夾蛋、米漿	紫米飯	酥香蝦捲	菜脯蛋	有機蔬菜	蘿蔔蛤蜊排骨湯	時令水果	日式烏龍拉麵	✓	✓	✓	✓
2	五	高麗菜什錦粥			香酥雞塊	有機蔬菜	薑絲鱸魚清湯	時令水果	芋頭吐司 桂圓紅棗茶	✓	✓	✓	✓
5	一	玉米脆片、鮮奶	薏仁飯	馬鈴薯燉肉	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	大頭菜排骨	時令水果	綠豆薏仁甜湯	✓	✓	✓	✓
6	二	鮮肉雲吞麵	糙米飯	南瓜照燒雞	絲瓜鯛魚豆腐	有機蔬菜	紅蘿蔔海帶結排骨湯	時令水果	珍珠丸、花生仁湯	✓	✓	✓	✓
7	三	生日蛋糕、米漿	胚芽米	醬燒肉片	青翠肉醬燴豆腐	有機蔬菜	黃耆枸杞雞湯	時令水果	黑糖粉圓豆花	✓	✓	✓	✓
8	四	絲瓜海鮮粥	紫米飯	香煎鮭魚	鮮菇燴山藥	有機蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	蔥油餅、黃金柚子茶	✓	✓	✓	✓
9	五	鮭魚蛋拌飯、豆漿	夏威夷炒飯		滷海帶豆干丁	有機蔬菜	紫菜蛋花排骨湯	時令水果	糖燒起士麵包、鮮奶	✓	✓	✓	✓
12	一	小鮮肉包、米漿	薏仁飯	糖醋肉	大黃瓜燴花枝丸	有機蔬菜	三色排骨湯	時令水果	芋頭糕、 奶油玉米濃湯	✓	✓	✓	✓
13	二	海鮮湯麵	糙米飯	紅燒獅子頭	培根炒豆芽	有機蔬菜	醬香大滷湯	時令水果	燻雞三明治 決明子茶	✓	✓	✓	✓
14	三	吻仔魚滑蛋粥	胚芽米	醬爆雞丁	涼拌乾絲	有機蔬菜	蕃茄蛋花排骨湯	時令水果	玉米脆片奶酪	✓	✓	✓	✓
15	四	豬五花味噌烏龍麵	紫米飯	醬燒鱸魚	三色蒸蛋	有機蔬菜	大黃瓜排骨湯	時令水果	玉米、冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
16	五	台式鹹粥	義大利麵		滷小棒腿	有機蔬菜	洋蔥南瓜濃湯	時令水果	日式卡士達、鮮奶		✓	✓	✓
19	一	小雞蛋饅頭、米漿	薏仁飯	洋蔥沙茶肉絲	蕃茄滑蛋	有機蔬菜	香菇牛蒡排骨湯	時令水果	海苔香鬆拌飯 水蜜桃蘋果茶	✓	✓	✓	✓
20	二	香菇玉米粥	糙米飯	滷瓜仔肉	紅燒雞蛋豆腐	有機蔬菜	蒜頭蛤蜊雞湯	時令水果	三絲肉羹麵	✓	✓	✓	✓
21	三	虱目魚丸米粉湯	胚芽米	煎香腸	糖醋醬鯊馬鈴薯	有機蔬菜	味噌海帶芽豆腐湯	時令水果	黃金雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
22	四	小芋泥包、豆漿	紫米飯	甘樹子鱈魚	肉末蒸豆腐	有機蔬菜	羅宋排骨湯	時令水果	蔥燒意麵	✓	✓	✓	✓
23	五	香芹虱目魚粥	水餃		家常滷味	有機蔬菜	味噌魚片湯	時令水果	椰香蔓越莓、 黑糖鮮奶茶		✓	✓	✓
26	一	小芝麻包、鮮奶	薏仁飯	蔥爆豬柳	豆皮木耳炒包心 白菜	有機蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	紅豆綜合湯圓	✓	✓	✓	✓
27	二	彩蔬湯餃	糙米飯	菇香芋薺蒸肉	海苔蒸蛋	有機蔬菜	瓜仔雞湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
28	三	蕃茄雞蛋湯麵	端午應景食物-肉粽			有機蔬菜	肉絲豆腐羹	時令水果	桂圓糕 蘋果茶	✓	✓	✓	✓
29	四	乳酪捲、米漿	紫米飯	芹菜豆醬豆腐羹	滷肉油豆腐	有機蔬菜	冬瓜蛤蜊排骨湯	時令水果	肉燥米粉湯	✓	✓	✓	✓
30	五	端午節連休								✓	✓	✓	✓

註：1. 每日均備有蔬菜、水果，均衡幼兒營養之攝取。 2. 若您家寶寶有過敏現象或不吃的餐點，請事先告知老師；以避免幼兒因攝取而導致過敏現象。

3. 本餐點內容將視當月活動情形以及特殊狀況，做適當調整。

★★4. 本園採用國內在地豬肉，來源為『**新北市肉品拍買市場**』、『**台灣卜蜂企業有限公司**』之毛豬、向「**豐得國際實業有限公司**」供應廠商採買。



