

天主教 幼兒園 七 月份營養餐點表 114.7.1-114.7.31

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	二	水果、豆漿	五穀飯、茄汁豬肉、滷白菜、時令青菜、紫菜蛋花湯	鹹粥	✓	✓	✓	✓
2	三	水果、鮮奶	玉米蛋炒飯、時令青菜、味噌湯	榨菜肉絲麵	✓	✓	✓	✓
3	四	水果、糙米漿	蕃茄義大利麵、時令青菜、玉米濃湯	饅頭、養生茶	✓	✓	✓	✓
4	五	水果、豆漿	咖哩雞肉飯、時令青菜、南瓜湯	玉米脆片、牛奶	✓	✓	✓	✓
7	一	水果、米漿	滷肉飯、紅燒油豆腐、時令青菜、玉米湯	玉米粥	✓	✓	✓	✓
8	二	水果、豆漿	糙米飯、什錦豆腐、香菇肉燥、時令青菜、金菇湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
9	三	水果、豆漿	香菇雞湯麵、時令青菜	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
10	四	水果、鮮奶	糙米飯、紅燒肉、炒豆干、時令青菜、味噌湯	紫米甜粥	✓	✓	✓	✓
11	五	水果、糙米漿	大滷麵、時令青菜、青菜豆皮湯	麵包、豆漿	✓	✓	✓	✓
14	一	水果、豆漿	五穀飯、炒叻仔魚、時令蔬菜、滷豆乾、貢丸湯	小魚粥	✓	✓	✓	✓
15	二	水果、米漿	糙米飯、洋蔥肉燥、菜脯蛋、時令青菜、榨菜肉絲湯	肉包、麥茶	✓	✓	✓	✓
16	三	水果、豆漿	糙米飯、醬爆豬肉、炒天婦羅、時令青菜、蕃茄豆腐湯	花生豆花	✓	✓	✓	✓
17	四	水果、鮮奶	五穀飯、瓜仔肉、紅燒豆腐、時令青菜、海帶芽湯	味噌湯麵	✓	✓	✓	✓
18	五	水果、糙米漿	雞肉咖哩飯、時令青菜、海帶芽湯	玉米片、鮮奶	✓	✓	✓	✓
21	一	水果、豆漿	燕麥飯、紅燒肉、滷豆乾、時令青菜、蘿蔔玉米湯	廣東粥	✓	✓	✓	✓
22	二	水果、米漿	五穀飯、洋蔥肉燥、毛豆杏鮑菇、時令青菜、黃豆芽排骨湯	玉米濃湯	✓	✓	✓	✓
23	三	水果、豆漿	校外教學	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
24	四	水果、鮮奶	滷肉飯、油豆腐、時令青菜、蔬菜湯	饅頭、豆漿	✓	✓	✓	✓
25	五	水果、糙米漿	肉燥麵、時令青菜、玉米濃湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
28	一	水果、豆漿	糙米飯、洋蔥滷肉、蒜香素雞片、時令青菜、番茄蛋花湯	麵包、豆漿	✓	✓	✓	✓
29	二	水果、鮮奶	五穀飯、洋蔥燒雞、菜脯蛋、時令青菜、蔬菜湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
30	三	水果、豆漿	義大利麵、時令青菜、玉米濃湯	紅豆豆花	✓	✓	✓	✓
31	四	水果、米漿	咖哩雞肉飯、時令青菜、雙色蘿蔔湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬。

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★本園食用咖哩塊採用日本福岡縣【佛蒙特咖哩】。

