

# 曉星幼兒園六月份營養餐點表

115.6.1-6.30

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	一	豆漿、水果	糙米飯、蔥爆豬肉片、滷豆乾、 時令青菜、紫菜蛋花湯	玉米粥	✓	✓	✓	✓
2	二	米漿、水果	白飯、滷肉、三杯杏鮑菇、 滷豆乾、時令青菜、玉米排骨湯	肉燥麵	✓	✓	✓	✓
3	三	鮮奶、水果	蛋炒飯、時令青菜、玉米排骨湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
4	四	豆漿、水果	紅藜麥飯、蕃茄炒蛋、滷海帶結、 時令青菜、金菇湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
5	五	薏仁糙米漿、 水果	香菇雞肉湯麵、時令青菜	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
8	一	豆漿、水果	白飯、醬爆肉絲、小魚豆乾片、時令 青菜、海帶芽排骨湯	雞茸玉米粥	✓	✓	✓	✓
9	二	米漿、水果	糙米飯、洋蔥肉片、火腿炒銀芽、 時令青菜、味噌湯	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
10	三	鮮奶、水果	夏威夷炒飯、時令青菜、黃豆芽排骨湯	麻油麵線	✓	✓	✓	✓
11	四	豆漿、水果	滷肉飯、五香豆干、時令青菜、 貢丸湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
12	五	薏仁糙米漿、 水果	義大利麵、時令青菜、玉米濃湯	鮮奶、餐包	✓	✓	✓	✓
15	一	豆漿、水果	白飯、滷肉、紅燒豆腐、時令青菜、 肉羹湯	田園蔬菜粥	✓	✓	✓	✓
16	二	米漿、水果	糙米飯、玉米燉雞、燴百菇、時令青 菜、蘿蔔排骨湯	大滷麵	✓	✓	✓	✓
17	三	鮮奶、水果	雞肉飯、時令青菜、味噌豆腐湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
18	四	豆漿、水果	炸醬麵、時令青菜、雙色蘿蔔湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
19	五	端午節放假一天						
22	一	豆漿、水果	白飯、打拋豬肉、醬燒豆腐、時令青 菜、青蔥味噌湯	紅蘿蔔肉末 粥	✓	✓	✓	✓
23	二	米漿、水果	糙米飯、醬爆雞丁、滷豆乾、時令青菜、 三絲湯	果醬三明治 牛奶	✓	✓	✓	✓
24	三	鮮奶、水果	高麗菜肉絲香菇炒冬粉、魚丸湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
25	四	豆漿、水果	紅藜麥飯、洋蔥滷肉、蒜香海帶、 時令青菜、蕃茄蛋花湯	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
26	五	薏仁糙米漿、 水果	蕃茄肉醬義大利麵、玉米濃湯	鮮奶、吐司	✓	✓	✓	✓
29	一	豆漿、水果	香菇肉燥飯、涼拌小黃瓜、酸不辣湯	滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
30	二	米漿、水果	蕃茄蛋炒飯、時令青菜、玉米排骨湯	大滷麵	✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬肉食材。食用咖哩塊採用日本福岡縣【佛蒙特咖哩】。

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

