

慈暉幼兒園 115 年 7 月餐點表

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
7/1	三	蔥抓餅. 豆漿	古早味油飯、蛋花絲瓜湯(蝦米. 白飯. 香菇. 豬肉. 紅蘿蔔. 香菇. 絲瓜. 雞蛋)、香蕉	檸檬愛玉
7/2	四	田園蔬菜鹹粥(高麗菜. 紅蘿蔔. 米飯)	五穀飯、薑汁燒肉、蒜香高麗菜. 結頭菜大骨湯(地瓜. 豬肉. 紅蘿蔔. 高麗菜. 結頭菜. 大骨). 芭樂	關東煮
7/3	五	鍋燒雞絲麵(蛋. 小白菜. 黑輪. 雞絲麵)	高麗菜水餃、鮮味百菇湯(高麗菜. 豬肉. 鮮菇. 金針菇). 蘋果	紅豆麵包、麥茶
7/6	一	一口煎餃	什錦肉絲炒麵、紫菜蛋花湯(蝦米. 白飯. 香菇. 豬肉. 紅蘿蔔. 香菇. 紫菜. 雞蛋)、西瓜	珍珠粉圓湯
7/7	二	海苔肉鬆飯糰(海苔. 肉鬆. 小黃瓜. 白飯)	香蔥蠔油豬肉燴飯、玉米排骨湯(豬肉. 紅蘿蔔. 鮮菇. 芥藍菜. 玉米. 排骨)、香蕉	水煮蛋、麥茶
7/8	三	草莓抹醬吐司、牛奶	暖胃皮蛋玉米瘦肉粥、爽脆涼拌小黃瓜(皮帶. 豬肉. 玉米粒. 高麗菜. 小黃瓜)、蘋果	綠豆薏仁湯
7/9	四	港式蘿蔔糕	府城擔仔麵、涼拌蔥花柴魚豆腐(豬肉. 油麵. 豆芽菜. 韭菜. 紅蔥酥. 豆腐. 柴魚. 蔥花)、芭樂	南瓜濃湯
7/10	五	玉米蛋餅(玉米. 雞蛋. 麵粉)	白飯、雙蔥爆雞柳、清炒花椰菜、海帶芽味噌湯(雞肉. 洋蔥. 青蔥. 花椰菜. 海帶芽)、鳳梨	奶酥麵包、麥茶
7/13	一	蔬菜麵粉煎(高麗菜. 紅蘿蔔. 蛋)	和風咖哩雞肉燴飯、大黃瓜排骨湯(咖哩. 雞肉. 白飯. 紅蘿蔔. 馬鈴薯. 大黃瓜. 排骨)、香蕉	八寶粥
7/14	二	蘑菇鐵板麵	五穀飯、黑胡椒豬柳、蒜炒空心菜、金針肉絲湯(豬肉. 小黃瓜. 洋蔥. 空心菜. 金針. 肉絲)、蘋果	麵線羹
7/15	三	法國吐司、牛奶(蛋. 吐司. 牛奶)	日式豚骨拉麵、和風蛋豆腐(豬肉. 拉麵. 豆芽菜. 木耳. 玉米. 雞蛋豆腐)、火龍果	仙草蜜
7/16	四	滑蛋雞茸粥(白粥. 高麗菜. 雞肉. 蛋)	聰明洋蔥鮪魚炒飯、香菇雞湯(鮪魚. 洋蔥. 蛋. 紅蘿蔔. 香菇. 雞肉)、芭樂	冬瓜洋菜凍
7/17	五	熱狗蛋	台式大滷麵、涼拌黑木耳(紅蘿蔔. 豬肉. 金針菇. 木耳. 大白菜. 黑木耳)、西瓜	克里姆麵包、麥茶
7/20	一	黑糖小饅頭. 豆漿	白飯. 日式馬鈴薯燉肉. 甜豆炒玉米筍. 翡翠豆腐羹(豬肉. 馬甜豆. 玉米筍. 菠菜. 豆腐)、蘋果	日式湯烏龍
7/21	二	台式蛋餅(青蔥. 雞蛋. 麵粉). 豆漿	豬肉鮮蔬炒美濃粿條、蝦米蒲瓜湯(粿條. 豆芽菜. 木耳. 韭菜. 豬肉. 蝦米. 蒲瓜)、鳳梨	關東煮
7/22	三	三明治、牛奶(吐司. 蛋. 玉米. 小黃瓜)	地瓜飯、蔥燒里肌肉、蒜炒銀芽、冬瓜蛤蜊湯(洋蔥. 青蔥. 豬肉. 豆芽菜. 蛤蜊. 冬瓜)、芭樂	茶葉蛋. 麥茶
7/23	四	港式蘿蔔糕	鮮肉雲吞湯麵、滷味雙拼(小白菜. 豬肉. 豆乾. 海帶結)、火龍果	紫米甜粥
7/24	五	絲瓜蛋花麵線(絲瓜. 雞蛋)	香菇瓜仔肉燥飯、涼拌黑木耳、番茄豆腐湯(香菇. 豬肉. 脆瓜. 黑木耳. 豆腐. 番茄)、香蕉	肉鬆麵包. 麥茶
7/27	一	小肉包. 牛奶	番茄肉醬義大利麵(番茄. 絞肉、胡蘿蔔. 洋蔥. 義大利麵)、玉米濃湯、西瓜	黑糖紅豆湯
7/28	二	蔬菜蛋餅(雞蛋. 高麗菜. 紅蘿蔔. 麵粉)	揚州炒飯、蘿蔔排骨湯(白飯. 火腿. 雞蛋. 蔥花. 美生菜. 蘿蔔. 排骨)、芭樂	綠豆地瓜湯

*本園供應膳食均使用國產豬肉. 雞肉之生鮮食材。*配合季節採購時令青菜。*餐點設計得視實際需求略作更動。*幼兒若有對某些食物有過敏或不適者，敬請通知本園，謝謝！