

臺南市私立第一堡幼兒園 114 學度下學期 6 月份餐點計畫表

日期	星期	上午點心	午餐	季節水果	下午點心	全穀雜糧類	豆蛋魚肉類	蔬菜類	水果類
1	一	黑糖饅頭 牛奶	白飯:白米 肉丁滷海帶:豬肉,海帶 青菜:高麗菜,紅蘿蔔 排骨玉米湯:排骨,玉米	芭樂	薏仁湯	V	V	V	V
2	二	營養湯麵: 烏龍麵,肉燥小 白菜	鹹粥:白米,豬肉絲,高麗菜,香菇	火龍果	蘋果麵包 養生茶: 紅棗,枸杞	V	V	V	V
3	三	香甜玉米濃湯: 玉米,奶油,雞蛋	白飯:白米 麻婆豆腐:豬絞肉,豆腐 青菜:豆芽,紅蘿蔔 魚丸湯:魚丸,小白菜	芒果	麵包 養生茶: 桂圓	V	V	V	V
4	四	元氣餛飩:餛飩 小白菜	白飯:白米 馬鈴薯滷麵輪:馬鈴薯,麵輪 青菜:油菜 鮮菇湯:金針菇,杏鮑菇	鳳梨	鍋燒意麵: 意麵,雞蛋 小白菜	V	V	V	V
5	五	全麥吐司 豆漿	義大利麵:麵條,豬絞肉,洋蔥,番茄 三色豆 金針肉絲湯:金針,豬肉絲	香蕉	吻仔魚粥: 白米,吻仔魚	V	V	V	V
8	一	白饅頭 米漿	白飯:白米 豆干肉燥:豆干,豬絞肉 青菜:高麗菜,紅蘿蔔 貢丸湯:貢丸,小白菜	西瓜	綠豆湯	V	V	V	V
9	二	朝氣麵線:麵線 麻油,雞蛋	什錦烏龍湯麵:烏龍麵,豬肉絲 豬肉絲,小白菜,香菇,雞蛋	蘋果	小餐包 養生茶:枸杞 紅棗	V	V	V	V
10	三	鍋燒雞絲麵: 雞蛋,雞絲麵 小白菜	白飯:白米 肉燥油豆腐:豬絞肉,油豆腐 青菜:高麗菜,紅蘿蔔 排骨黃豆芽:排骨,黃豆芽	芒果	蘋果麵包 養生茶:桂圓	V	V	V	V
11	四	板條湯:豆芽 板條,韭菜,肉燥	白飯:白米 玉米炒蛋:玉米,雞蛋 青菜:油菜 當歸湯:當歸,素肉	鳳梨	關東煮:黑輪 貢丸,白蘿蔔	V	V	V	V
12	五	吐司,牛奶	擔仔乾麵:麵條,豬絞肉,烏蛋,豆芽 紅蘿蔔 香菇雞湯:香菇,雞肉	芭樂	南瓜粥:南瓜 白米,肉燥	V	V	V	V
15	一	黑糖饅頭 米漿	白飯:白米 海帶滷豆干:海帶,豆干 青菜:高麗菜,紅蘿蔔 豆薯蛋花湯:豆薯,雞蛋	西瓜	紅豆湯	V	V	V	V
16	二	營養湯麵:肉燥 小白菜,關廟麵	鹹粥:白米,豬肉絲,高麗菜,香菇	香蕉	麵包 養生茶:枸杞 紅棗	V	V	V	V
17	三	香甜玉米濃湯: 玉米,奶油,雞蛋	炒麵:麵條,豬肉絲,洋蔥,紅蘿蔔 豆芽 鮮魚湯:虱目魚肉,薑絲	火龍果	小餐包 養生茶:桂圓	V	V	V	V
18	四	可口脆片 牛奶	美味漢堡:漢堡麵包,豬肉片,雞蛋, 小黃瓜 味噌湯:味噌,海帶芽	芭樂	肉絲冬粉	V	V	V	V

19		端午節放假							
22	一	黑糖饅頭 牛奶	白飯:白米 豬柳燴飯:洋蔥. 豬肉絲. 高麗菜 紅蘿蔔 排骨蘿蔔湯:排骨. 白蘿蔔	西瓜	芋香西米露	V	V	V	V
23	二	朝氣麵線:麻油 雞蛋. 麵線	香菇肉絲湯麵:雞蛋. 關廟麵. 香菇 小白菜. 豬肉絲	鳳梨	蘋果麵包 養生茶:枸杞 紅棗	V	V	V	V
24	三	關東煮:黑輪 小白菜	大滷麵:麵條. 肉羹. 高麗菜. 紅蘿蔔 木耳絲	火龍果	麵包 養生茶:桂圓	V	V	V	V
25	四	元氣餛飩湯: 小白菜. 餛飩	白飯:白米 炒三絲:豆干絲. 紅蘿蔔絲. 海帶絲 青菜:油菜 味噌湯:味噌. 豆腐	香蕉	蘿蔔糕湯: 肉燥. 豆芽 白蘿蔔糕 韭菜	V	V	V	V
26	五	全麥麵包 豆漿	水餃:高麗菜水餃 紫菜蛋花湯:紫菜. 雞蛋	蘋果	鍋燒意麵: 雞蛋. 小白菜 意麵	V	V	V	V
29	一	白饅頭 米漿	咖哩飯: 白米. 馬鈴薯. 紅蘿蔔. 玉米 豆薯蛋花湯:豆薯. 雞蛋	芭樂	薏仁湯	V	V	V	V
30	二	板條湯:豆芽 韭菜. 板條 肉燥	白飯:白米 肉絲炒豆干:豬肉絲. 豆干 青菜: 紅蘿蔔. 高麗菜 排骨金針湯:排骨. 金針	蘋果	小餐包 養生茶:紅棗 枸杞	V	V	V	V

若遇到園方活動、節慶日，以當日活動、節慶日點心為準。



臺南市私立第一堡幼兒園 115.5 製