宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 112年6月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 1全穀 根莖類 | 2豆魚肉蛋奶類 | 3蔬菜類 | 4水果類 |
| 1 | 四 | 葡萄乾吐司 豆漿 | 肉燥乾麵 | 雙色蘿蔔湯 | 時令水果 | 米粉羹 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 |  1.2 |  3 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 2 | 五 | 鮮蔬粥 | 糙米飯 | 香腸 | 絲瓜燴蛋 | 時令蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 | 蔥花卷 枸杞茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.3 | 1 | 2 | 2.3 | 3 | 1.2 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 5 | 一 | 鮮奶饅頭 米漿 | 白米飯 | 魩仔魚炒蛋 | 油豆腐滷肉 | 時令蔬菜 | 金針湯 | 時令水果 | 黑糖粉圓 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |  |
| 6 | 二 | 什錦麵線 | 高麗菜鹹粥 | 海苔肉鬆 | 時令水果 | 麥克雞塊 冬瓜露 |  |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1.3 | 2 | 4 | 2 |  |  |  |  |  |
| 7 | 三 | 綠豆仁西米露 | 五穀飯 | 滷蛋 | 酸菜麵腸 | 時令蔬菜 | 海帶芽湯 | 時令水果 | 玉米濃湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 8 | 四 | 白吐司 豆漿 | 香味大滷麵 | 時令水果 | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1.2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 9 | 五 | 滑蛋粥 | 糙米飯 | 肉捲 | 醬燒豆腐 | 時令蔬菜 | 胡瓜湯 | 時令水果 | 豆沙包 有機麥茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 12 | 一 | 甜心卷 米漿 | 白米飯 | 紅蘿蔔燴蛋 | 玉米炒豆乾 | 時令蔬菜 | 南瓜湯 | 時令水果 |  紅麵線羹 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 2.3 | 1.2 | 3 | 1 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 13 | 二 | 什錦粥 |  火腿玉米蛋炒飯 |  紫菜湯 | 時令水果 | 芋泥包 奶露 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.3 | 1.3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 14 | 三 | 米苔目 | 五穀飯 | 蒸蛋 | 香芹豆苞 | 時令蔬菜 | 榨菜肉絲湯 | 時令水果 | 綠豆地瓜湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 2 | 1.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 15 | 四 | 紅豆吐司 米漿 | 精燉紅燒麵 | 時令水果 | 香芹餛飩湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 |  1 | 1.2.3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |

※ 1.本園食材來源一律使用國產豬肉 2.以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 112年6月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 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 | 1全穀 根莖類 | 2豆魚肉蛋奶類 | 3蔬菜類 | 4水果類 |
| 16 | 五 | 魩仔魚粥 | 糙米飯 | 滷麵筋 | 馬鈴薯雞丁 | 時令蔬菜 | 鮮菇湯 | 時令水果 | 檸檬愛玉凍 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 1 | 1.2 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 17 | 六 | 玉米燕麥 牛奶 | 什錦湯麵 | 時令水果 | 米香菓 桂圓茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1.2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 19 | 一 | 黑糖饅頭 米漿 | 白米飯 | 蒸肉 | 螞蟻上樹 | 時令蔬菜 | 青菜肉絲湯 | 時令水果 | 花生豆花 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 2 | 1.2 | 3 | 2.3 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 20 | 二 | 絲瓜麵線 | 飄香肉粽 | 魚丸湯 | 時令水果 | 奶酥麵包 有機麥茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.3 | 1.2.3 | 2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 21 | 三 | 巧達濃湯 | 五穀飯 | 香煎麵腸 | 滷海帶 | 時令蔬菜 | 大骨瓠瓜湯 | 時令水果 | 酸辣湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2.3 | 1 | 1 | 3 | 3 | 2.3 | 4 | 2.3 |  |  |  |  |
| 26 | 一 | 銀絲卷 米漿 | 白米飯 | 滷肉 | 玉米炒蛋 | 時令蔬菜 | 排骨冬瓜湯 | 時令水果 | 米粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1 | 2 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 27 | 二 | 烏龍麵 | 雞肉粥 | 香拌黃瓜 | 時令水果 | 原味蛋糕 水果茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1 | 1.2 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 28 | 三 | 芋頭牛奶西米露 | 五穀飯 | 蠔油鮮菇 | 木耳炒肉絲 | 時令蔬菜 | 羅宋湯 | 時令水果 | 仙草蜜 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 3 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 29 | 四 | 雞蛋吐司 豆漿 | 香味肉羹飯 | 時令水果 | 青菜粿仔湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1.2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 30 | 五 | 瘦肉粥 | 糙米飯 | 滷冬瓜 | 紅燒肉 | 時令蔬菜 | 味噌豆腐湯 | 時令水果 | 小肉包 決明茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | 1.2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |

※ 1.本園食材來源一律使用國產豬肉 2.以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動