宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114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 |
| 2 | 一 | | 鮮奶饅頭 米漿 | 白米飯 | 油豆腐滷肉 | 玉米炒蛋 | 時令蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 | 米粉羹 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2 | 1.2 | 3 | 2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 3 | 二 | | 什錦鹹粥 | 鮮蔬雞絲炒麵 | | | | 海帶芽湯 | 時令水果 | 麥克雞塊 決明茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | 3 | 4 | 2 |  |  |  |  |
| 4 | 三 | | 葡萄乾吐司 豆漿 | 五穀飯 | 魩仔魚炒蛋 | 麻婆豆腐 | 時令蔬菜 | 榨菜肉絲湯 | 時令水果 | 玉米濃湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2.4 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 5 | 四 | | 鮮蔬麵線 | 翡翠蛋炒飯 | | | | 排骨瓠瓜湯 | 時令水果 | 黑糖粉圓 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 6 | 五 | | 綠豆仁西米露 | 糙米飯 | 什錦滷菜 | 香腸 | 時令蔬菜 | 番茄豆腐湯 | 時令水果 | 青蔥捲 蘋果茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 3 | 2 | 3 | 2.3 | 4 | 1.3.4 |  |  |  |  |
| 9 | 一 | | 玉米片 牛奶 | 白米飯 | 醬燒豆乾 | 宮保雞丁 | 時令蔬菜 | 什錦湯 | 時令水果 | 紅麵線羹 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 10 | 二 | | 鮮蔬粥 | 豬肉馬鈴薯燴飯 | | | | | 時令水果 | 原味蛋糕 冬瓜露 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 11 | 三 | | 巧達濃湯 | 五穀飯 | 蒸蛋 | 香菇炒玉米筍 | 時令蔬菜 | 雙色蘿蔔湯 | 時令水果 | 烏龍麵 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 12 | 四 | | 絲瓜米苔目 | 蔬菜瘦肉粥 | | | 五香豆乾 | | 時令水果 | 酸辣湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | 2 | | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 13 | 五 | | 布丁蛋糕 豆漿 | 糙米飯 | 青豆燴雞胸 | 螞蟻上樹 | 時令蔬菜 | 青菜豆腐湯 | 時令水果 | 豆沙包 桂圓枸杞茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2.3 | 1.2 | 3 | 3 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 16 | | 一 | 銀絲卷 米漿 | 白米飯 | 炒三色 | 香滷麵筋 | 時令蔬菜 | 南瓜湯 | 時令水果 | 蔬菜細粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 2.3 | 1 | 3 | 1 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |  |

※ 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

3.依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114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 |
| 17 | 二 | | 瘦肉粥 | 香味大滷麵 | | | | | 時令水果 | 草莓麵包有機麥茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 18 | 三 | | 白吐司 豆漿 | 五穀飯 | 香芹豆苞 | 冬瓜燉肉 | 時令蔬菜 | 當歸雞湯 | 時令水果 | 麵疙瘩 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2.3 | 2.3 | 3 | 2 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 19 | 四 | | 什錦麵線 | 肉片玉米蓋飯 | | | | 海帶豆腐湯 | 時令水果 | 青蛙下蛋 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2 | | | | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 20 | 五 | | 滑蛋粥 | 糙米飯 | 小黃瓜炒甜不辣 | 番茄燴蛋 | 時令蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 | 香芹餛飩湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2.3 | 2.3 | 3 | 2 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 23 | 一 | | 玉米麥片 牛奶 | 白米飯 | 滷肉 | 菜豆炒麵腸 | 時令蔬菜 | 金針湯 | 時令水果 | 油豆腐冬粉湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2 | 1.3 | 3 | 3 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 24 | 二 | | 燴什錦 | 蘿蔔肉塊粥 | | | 海苔肉鬆 | | 時令水果 | 奶酥麵包 紅棗茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 3 | 1.2.3 | | | 2.3 | | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 25 | | 三 | 雞蛋吐司 豆漿 | 五穀飯 | 蠔油鮮菇 | 清炒乾絲 | 時令蔬菜 | 冬瓜湯 | 時令水果 | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 3 | 2 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |  |
| 26 | | 四 | 蘑菇濃湯 | 香菇肉絲麵 | | | | | 時令水果 | 綠豆QQ |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | 4 | 1 |  |  |  |  |  |
| 27 | | 五 | 廣東粥 | 糙米飯 | 杏包菇滷肉 | 涼拌素雞 | 時令蔬菜 | 青菜蛋花湯 | 時令水果 | 小菜包 水果茶 |  |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1.2.3 | 1 | 2.3 | 1.2 | 3 | 2.3 | 4 | 1.2.4 |  |  |  |  |  |
| 30 | | 一 | 養生饅頭 米漿 | 白米飯 | 梅干扣肉 | 蔬菜煎蛋 | 時令蔬菜 | 瓜仔雞湯 | 時令水果 | 蔬菜湯餃 |  |  |  |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 2.3 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |  |

※ 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

3.依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。