宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114年8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 | | 五 | 綠豆仁西米露 | 肉丁炒飯 | | | | | | | | | 金針湯 | | | 時令水果 | 小刈包 有機麥茶 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1 | 1.2 | | | | | | | | | 3 | | | 4 | 1.2 |  |  | |  | |  | |
| 4 | | 一 | 鮮蔬粥 | 義大利貝殼麵 | | | | | | | | | 蘑菇濃湯 | | | 時令水果 | 青蔥麵包 養生茶 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | | | | | 1.2.3 | | | 4 | 1.3 |  |  | |  | |  | |
| 5 | | 二 | 雞蛋吐司 豆漿 | 五穀飯 | | | 蠔油鮮菇 | | | 紅蘿蔔炒肉絲 | | 時令蔬菜 | 青菜蛋花湯 | | | 時令水果 | 酸辣湯 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | | | 3 | | | 2.3 | | 3 | 2.3 | | | 4 | 1.2.3 |  |  | |  | |  | |
| 6 | | 三 | 玉米麥片 牛奶 | 肉燥湯麵 | | | | | | | | | | | | 時令水果 | 奶酥麵包 決明茶 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | | | | | | | | 4 | 1.2 |  |  | |  | |  | |
| 7 | | 四 | 巧達濃湯 | 糙米飯 | | | 香滷麵筋 | | | | 玉米炒肉末 | 時令蔬菜 | 蘿蔔雞湯 | | | 時令水果 | 米粉羹 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2.3 | 1 | | | 1 | | | | 1.2 | 3 | 2.3 | | | 4 | 1.3 |  |  | |  | |  | |
| 8 | | 五 | 莧菜麵線 | 香菇肉羹飯 | | | | | | | | | | | | 時令水果 | 草莓麵包 奶露 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | | | | | | | | 4 | 1.2 |  |  | |  | |  | |
| 11 | | 一 | 瘦肉粥 | 鮮蔬湯麵 | | | | | | | | | | | | 時令水果 | 香筍肉包 冬瓜露 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | | | | | | | | 4 | 1.2.3 |  |  | |  | |  | |
| 12 | | 二 | 葡萄乾吐司 豆漿 | 白米飯 | | | | 五香滷味 | | | 蒜炒魩仔魚 | 時令蔬菜 | 雲耳薑絲湯 | | | 時令水果 | 地瓜湯 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | | | | 2 | | | 2.3 | 3 | 2 | | | 4 | 1 |  |  | |  | |  | |
| 13 | | 三 | 鮮奶饅頭 米漿 | 肉絲蛋炒飯 | | | | | | | | 蔬菜排骨酥湯 | | | | 時令水果 | 蔥花捲 枸杞茶 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 2.3 | | | | | | | | 1.2.3 | | | | 4 | 1.3 |  |  | |  | |  | |
| 14 | | 四 | 蘿蔔粥 | 五穀飯 | | 絲瓜燴蛋 | | | 香腸 | | | 時令蔬菜 | | 蔬菜大骨湯 | | 時令水果 | 黑糖粉圓 |  |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1 | | 2.3 | | | 2 | | | 3 | | 2.3 | | 4 | 1 |  |  | |  | |  | |
| 15 | | 五 | 玉米濃湯 | | 家常蛋炒飯 | | | | | | | | | 雙色蘿蔔湯 | 時令水果 | | 肉鬆麵包 洛神花茶 |  | |  | |  | |  |
| 食物類別 | | | 1 | | 1.2 | | | | | | | | | 3 | 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

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8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 |
| 18 | 一 | 什錦粥 | 滷肉飯 | | | | | 脆瓜 | | 魚丸湯 | 時令水果 | 豆沙包 奶露 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.2.3 | 1.2 | | | | | 3 | | 1.2 | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 19 | 二 | 鮮奶吐司 豆漿 | 糙米飯 | 香芹豆苞 | | | 滷肉 | 時令蔬菜 | | 青菜豆腐湯 | 時令水果 | 番茄濃湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.2 | 1 | 2.3 | | | 2 | 3 | | 2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 20 | 三 | 銀絲卷 米漿 | 瓠瓜肉絲湯麵 | | | | | | | | 時令水果 | 原味蛋糕 水果茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1 | 1.2.3 | | | | | | | | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 21 | 四 | 鹹粥 | 白米飯 | 香菇蒸肉 | | | 素炒乾丁 | 時令蔬菜 | | 羅宋湯 | 時令水果 | 烏龍湯麵 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.2.3 | 1 | 2.3 | | | 2 | 3 | | 2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 22 | 五 | 米苔目 | 什錦燴飯 | | | | | | | | 時令水果 | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | | | | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 25 | 一 | 銀魚粥 | 香味大滷麵 | | | | | | | | 時令水果 | 黑糖小饅頭 養生茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | | | | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 26 | 二 | 原味吐司 豆漿 | 五穀飯 | 榨菜炒肉絲 | | | 滷油豆腐 | 時令蔬菜 | | 玉米排骨湯 | 時令水果 | 愛玉凍 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1 | 1 | 3 | | | 2.3 | 3 | | 1.2 | 4 | 4 |  |  |  |  |
| 27 | 三 | 玉米脆片 牛奶 | 香腸炒飯 | | | | | | | 涼拌豆干 | 時令水果 | 芝麻包 桂圓茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.3 | 1..2 | | | | | | | 2 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 28 | 四 | 什錦麵線 | 糙米飯 | | 醬燒豆腐 | 炒三色 | | | 時令蔬菜 | 紫菜蛋花湯 | 時令水果 | 香芹餛飩湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.3 | 1 | | 2 | 2.3 | | | 3 | 2.3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 29 | 五 | 皮蛋粥 | 雞絲湯麵 | | | | | | | | 時令水果 | 菜包 洛神茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | | | | 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。