

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 7 月份餐點表

115.6.25 公告

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	三	芋頭西米露	五穀飯	筍絲燉肉	菜脯蛋	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2.3	2.3	3	1.2	4	1	✓	✓	✓	✓
2	四	鮮蔬滑蛋粥	精燉紅燒麵						時令水果	小肉包 冬瓜露	✓	✓	✓
食物類別		1.2.3	1.2.3						4	1.2.3	✓	✓	✓
3	五	小刈包 豆漿	糙米飯	番茄豆腐	木耳炒肉絲	時令蔬菜	味噌豆腐湯	時令水果	沙其瑪 桂圓茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	2.3	3	2	4	1	✓	✓	✓	✓
6	一	黑糖饅頭 米漿	白米飯	五香肉燥	炒三蔬	時令蔬菜	紅蘿蔔肉塊湯	時令水果	紅豆芋圓湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2	3	3	2.3	4	1	✓	✓	✓	✓
7	二	香菇麵線	豬肉洋芋燴飯			涼拌小黃瓜		時令水果	小餐包 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1.2.3			4		4	1	✓	✓	✓	✓
8	三	奶酥吐司 豆漿	五穀飯	滷小腿	炸花枝丸	時令蔬菜	芙蓉蛋花湯	時令水果	芋香蛋糕 枸杞茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2	1.2	3	2	4	1.3	✓	✓	✓	✓
9	四	什錦素羹	鮮蔬肉絲拉麵						時令水果	關東煮	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1.2.3						4	1	✓	✓	✓
10	五	地瓜粥	糙米飯	滷三味	肉卷	時令蔬菜	大骨黃瓜湯	時令水果	鮮奶小饅頭 冬瓜露	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2.3	1.2	3	2.3	4	1.2.3	✓	✓	✓	✓
13	一	營養燕麥 牛奶	白米飯	醬燒冬瓜	豆干丁炒肉末	時令蔬菜	海帶湯	時令水果	肉燥寬粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	3	2	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓
14	二	蘿蔔糕湯	瓠瓜雞肉粥			清炒豆乾		時令水果	花捲 紅棗茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1.2.3			2		4	1.3	✓	✓	✓	✓
15	三	紅豆吐司 豆漿	五穀飯	烤麩滷蘿蔔	杏鮑菇炒肉	時令蔬菜	大骨瓠瓜湯	時令水果	青蔥饅頭 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	1.3	2.3	3	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

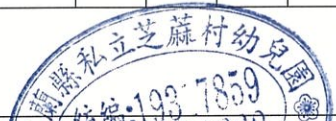
3. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。



宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 7 月份餐點表

115.6.25 公告

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 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
16	四	海苔蛋粥	番茄肉絲湯麵					時令水果	鮮蔬冬粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2. 3					4	1. 3	✓	✓	✓	✓
17	五	養生紫米粥	糙米飯	開陽白菜	紅燒肉	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	芋泥包 鮮果茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	3	2	3	2. 3	4	1. 4	✓	✓	✓	✓
20	一	椰香饅頭 米漿	白米飯	香滷油豆腐	洋蔥炒肉絲	時令蔬菜	青菜肉片湯	時令水果	魚丸米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2	2. 3	3	2. 3	4	1. 2	✓	✓	✓	✓
21	二	南瓜濃湯	雙蔬蛋炒飯				排骨竹筍湯	時令水果	草莓蛋糕 決明茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3				2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
22	三	芋頭吐司 豆漿	五穀飯	馬鈴薯燉肉丁	芹菜炒干絲	時令蔬菜	貢丸湯	時令水果	三絲豆腐湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2	1	1. 2	2. 3	3	1. 2	4	2. 3	✓	✓	✓	✓
23	四	莧菜魷仔魚粥	肉燥乾麵		涼拌四季豆		蛋花湯	時令水果	檸檬愛玉凍	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 2. 3	1. 2		3		2	4	4	✓	✓	✓	✓
24	五	枸杞麵線	糙米飯	醬燒肉絲	金針菇炒小黃瓜	時令蔬菜	胡瓜湯	時令水果	米香菓 枸杞木耳茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1	2	3	3	3	4	1. 3	✓	✓	✓	✓
27	一	芋頭饅頭 米漿	白米飯	蔭瓜滷肉	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	銀芽肉絲湯	時令水果	綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1	2. 3	2. 3	3	2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
28	二	小米粥	雞絲白玉粥			海苔絲		時令水果	奶油麵包 洛神花茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1. 2. 3			3		4	1	✓	✓	✓	✓
29	三	絲瓜烏龍麵	五穀飯	黃瓜燴蛋	玉米炒肉末	時令蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	全麥饅頭 養生茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1. 3	1	2. 3	1. 2	3	2. 3	4	1	✓	✓	✓	✓
30	四	休園日											
31	五												



※ 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。

