天主教 三德 幼兒園 六 月份營養餐點表 112.6.1-112.6.30

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
1	四	地瓜粥	白飯、紅燒肉、火腿炒玉米、時令青菜、芹香貢丸湯、季節水果	蔥油餅、冬瓜茶
2	五	饅頭、牛奶	白飯、乾煎里肌肉片、香芹甜不辣、時令青菜、玉米鮮蔬湯、季節水果	蘿蔔糕湯
5	一	擔仔麵	白飯、瓜仔肉燥、五香豆干、時令青菜、青菜豆腐湯、季節水果	蕃薯養生湯
6	二	紅豆湯圓湯	夏威夷炒飯、鮮筍排骨湯、季節水果	香菇肉絲粥
7	三	仙草蜜	糙米飯、馬鈴薯燉肉、開陽白菜、時令青菜、紫菜湯、季節水果	貢丸湯麵
8	四	玉米肉末粥	十穀飯、三色雞丁、韭菜豆干、時令青菜、玉米排骨湯、季節水果	小饅頭、麥茶
9	五	綠豆湯	白飯、醬爆雞柳、香芹炒豆皮、時令青菜、冬瓜大骨湯、季節水果	肉鬆稀飯
12	一	絲瓜麵線	香菇肉燥飯、涼拌小黃瓜、酸辣湯、季節水果	牛奶綠豆仁
13	二	什錦冬粉	糙米飯、蘑菇肉片、炒銀芽、時令青菜、油豆腐湯、季節水果	蘑菇濃湯
14	三	大滷麵	白飯、紅燒雞肉、吻仔魚炒莧菜、時令青菜、南瓜濃湯、季節水果	三色小湯圓
15	四	蜂蜜蛋糕、牛奶	十穀飯、素瓜仔肉醬、玉米炒毛豆、時令青菜、海帶芽湯、季節水果	翡翠吻仔魚粥
16	五	海鮮粥	白飯、糖醋魚片、芹香豆皮、時令青菜、大黃瓜湯、季節水果	冰糖銀耳
17	六	紅豆豆花	咖哩雞肉燴飯、冬瓜海帶結湯、季節水果	菠菜小魚麵線
19	一	蔬菜拉麵	白飯、洋蔥豬柳、燜冬瓜、時令青菜、味噌豆腐湯、季節水果	椰奶西米露
20	二	小饅頭、牛奶	白飯、醋溜魚片、木耳炒白菜、時令青菜、金針排骨湯、季節水果	皮蛋瘦肉粥
21	三	芋圓甜湯	玉米滑雞丁燴飯、時令青菜、羅宋湯、季節水果	肉絲河粉湯
22	四	6/22-6/25 端午節連續假期		
23	五			
26	一	蛋餅、牛奶	酢醬麵、燙青菜、蓮藕排骨湯、季節水果	燕麥綠豆湯
27	二	檸檬愛玉	白飯、木須炒肉絲、滷海帶、時令青菜、羅宋湯、季節水果	肉燥粄條
28	三	麵疙瘩	雙色炒飯、時令青菜、香菇雞湯、季節水果	紫米紅豆
29	四	地瓜甜湯	十穀飯、冬瓜豆輪、高麗菜滷、時令青菜、蘿蔔排骨湯、季節水果	草莓吐司、冬瓜茶
30	五	米粉湯	白飯、九層塔滷雞丁、玉米馬鈴薯炒蛋、時令青菜、酸辣湯、季節水果	綠豆西米露

☺ 每日餐點菜餚均以少油低鹽低糖為烹調原則。
☺ 蔬果以當令食材為主，會依需要調整，養成寶貝均衡飲食的習慣，就從不挑食開始。
☺ 本園食用的肉品、水果皆是國產食材。
☺ 餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所變動。