**嘉義縣私立資優生幼兒園109學年度第二學期6月份餐點表**

**110年 6 月 1日~110年 6 月 30日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下 午 點 心** | **自 我 檢 核** |
| 1 | 二 | 牛奶燕麥粥 | 毛豆豬肉蛋炒飯、豆乾滷海帶根、筍絲排骨湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 2 | 三 | 芋頭包、牛奶 | 蘿蔔滷肉、三色豆炒蛋、  蝦米炒弧瓜、冬瓜蛤蜊湯 | 肉燥湯麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 3 | 四 | 巧克力吐司、豆漿 | 香菇絲瓜瘦肉粥 ✽ | 包子、麥茶、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 五 | 喜瑞爾、草莓牛奶 | 古早味米苔目、滷蛋半顆 ✽ | 紅豆西米露、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 一 | 雞茸玉米粥 | 豬肉水餃、淡味酸辣湯 | 甜不辣串、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 二 | 粿仔條 | 冬瓜滷肉、蕃茄豆腐炒蛋、  時令青菜、大黃瓜排骨湯 | 綠豆粉條湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 9 | 三 | 奶酥吐司、牛奶 | 什錦炒米粉、洋蔥小魚味增湯  ✽ | 薏仁湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 四 | 小餐包、豆漿 | 廣東粥、油條 ✽ | 絲瓜豆簽羹、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 五 | 肉燥意麵 | 雞肉珈哩燴飯、柴魚湯 | 牛奶饅頭、阿華田、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 15 | 二 | 牛奶燕麥粥 | 茄汁瘦肉炒飯、白玉排骨湯 ✽ | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 三 | 黑糖饅頭、養生茶 | 紅醬義大利麵、玉米濃湯 ✽ | 高纖饅頭、桂圓養生茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 四 | 蔬菜水餃湯 | 香煎肉排、滷豆包、  時令青菜、牛蒡玉米排骨湯 | 雞絲麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 五 | 草莓吐司、豆漿 | 蔬菜干貝香菇瘦肉粥、  香酥甜不辣 ✽ | 茶葉蛋、  枸杞茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 一 | 薯餅、麥茶 | 梅干扣肉、紅蘿蔔炒蛋  時令青菜、海帶芽小丸子湯 | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 22 | 二 | 蔬菜瘦肉粥 | 鍋燒意麵、滷蛋 ✽ | 檸檬愛玉、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 三 | 小菜包、麥茶 | 洋蔥豬肉燴飯、蘿蔔魚丸湯 ✽ | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 四 | 雞絲麵 | 香菇肉燥、麵輪炒酸菜、  甜豆炒鮮菇、冬瓜蛤蠣湯 | 粉絲蛋花湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 五 | 花生吐司、豆漿 | 皮蛋瘦肉粥、滷蛋半顆 | 蝦餅、菊花枸杞茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 一 | 菜頭粿湯 | 炒烏龍麵、冬瓜排骨酥湯 | 小餐包、蜂蜜香檸茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 29 | 二 | 吻仔魚蔬菜粥 | 白玉肉羹飯 ✽ | 芝麻包、阿華田  、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 三 | 小花捲、米漿 | 鳳梨火腿炒飯、時令青菜、  紫菜蛋花湯 | 豆皮壽司、  日式味增湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**