**嘉義縣私立資優生幼兒園111學年度第二學期 7月份餐點表**

**112年 7月 1日~112年 7 月 31 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 3 | 一 | 雞茸玉米粥 | 豬肉洋蔥珍菇燴飯、紫菜蛋花湯 ＊ | 鍋燒麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 二 | 喜瑞爾脆片  雞蛋牛奶 | 蕃茄肉醬意大利麵、培根銀芽、玉米濃湯 ＊ | 山粉圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 三 | 牛奶燕麥粥 | 蘿蔔滷肉、蕈菇燒豆腐、黃瓜拌雞絲、大黃瓜小丸子湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 竹筍香菇瘦肉粥、滷肉丸子 | 鮮肉珍珠丸子、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 五 | 古早味米台目 | 馬鈴薯燒肉、雙菇燴木耳、油蔥高麗菜、日式味增湯 ＊ | 黑糖饅頭、  菊花茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 一 | 虱目魚皮粥 | 香椿三色豆炒飯、鳳梨小黃瓜木耳炒肉絲、蘿蔔甜不辣湯 | 甘藷綠豆湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 二 | 雞絲麵 | 螞蟻上樹、蛤蠣冬瓜湯 ＊ | 大黑輪、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 三 | 白菜餛飩湯 | 小貢丸肉燥、洋蔥炒蛋、蒜炒角豆、金針肉絲湯 ＊ | 大麵羹、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 四 | 奶油吐司、豆漿 | 豬肉水餃、冬菜粉絲雞蛋湯 | 日式關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 五 | 米漿 | 肉絲小卷烏龍麵、五香豆干＊ | 古早味粉圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 一 | 南瓜瘦肉粥 | 豆包燒肉、蔥仔蛋、彩椒蒜炒馬鈴薯丁、豆薯絲蛋花湯 | 高纖饅頭、  養生茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 二 | 芋頭包子、麥茶 | 麻醬麵、涼拌芽菜、筍絲排骨湯 | 菜燕凍、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 三 | 鍋燒麵 | 麻婆豆腐、蠔油鮮筍、炒雙色花椰菜、甜不辣湯 ＊ | 米台目湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 南瓜香菇瘦肉粥 、韭菜炒甜不辣 ＊ | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 五 | 莧菜瘦肉小米粥 | 五香咖哩豬肉飯、柴魚湯 | 紅豆西米露、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 一 | 滑蛋吻仔魚粥 | 什錦炒米粉、牛蒡玉米排骨湯  ＊ | 小紅豆麵包、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 二 | 小肉包、草莓牛奶 | 海鮮鍋燒意麵、蛋半顆 | 綠豆粉條、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 三 | 喜瑞爾原味脆片、牛奶 | 茄子魚香肉絲、蕃茄豆腐蛋、蝦皮開陽白菜、豆腐味增湯 | 檸檬愛玉、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 奶油南瓜菇菇燴飯、薑絲冬瓜湯 ＊ | 油豆腐細粉湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 五 | 蔬菜湯餃 | 梅干扣肉、蠔油塔香杏苞菇、  蝦米炒弧瓜、當歸麵輪雞湯 | 粉圓、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 31 | 一 | 牛奶燕麥粥 | 台式打拋豬、絲瓜炒蛋、海帶柴魚湯 | 芙蓉麵線、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。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**