**嘉義縣私立資優生幼兒園113學年度第二學期 6月份餐點表**

**114年 6 月 1日~114年 6 月 30 日**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 2 | 一 | 雞茸玉米粥 | 豬肉水餃、淡味酸辣湯 ✽ | 鍋燒意麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 3 | 二 | 喜瑞爾脆片、牛奶 | 榨醬麵、大黃瓜貢丸湯 ✽ | 黑輪、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 三 | 絲瓜肉絲麵 | 京醬肉絲杏包菇、紅燒板豆腐、蒜炒油菜、山藥玉米排骨 | 小芋頭包、麥茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 鳳梨糖醋肉、菜圃炒蛋、蝦米炒弧瓜、油豆腐洋蔥味噌湯 | 外省湯麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 五 | 粿仔條 | 茄汁雙椒洋蔥雞丁、韭菜炒蛋、銀芽炒三絲、薑絲冬瓜湯 | 綠豆湯、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 9 | 一 | 香菇肉末粥 | 海鮮湯麵 滷味＊ | 茶葉蛋、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 二 | 白菜水餃湯 | 麻婆豆腐、紅燒南瓜、培根高麗菜、牛蒡雞骨湯 ＊ | 紅豆西米露、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 三 | 雞絲貢丸麵 | 香菇肉燥、番茄炒蛋、芹菜炒豆包、白玉排骨湯 ＊ | 小饅頭、菊花枸杞茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 四 | 花生吐司、豆漿 | 廣式三色豆炒飯、豆皮炒肉絲、清炒絲瓜、紫菜蛋花湯 | 玉米肉末滑蛋粥 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 五 | 肉燥意麵 | 香煎魚排、魚板蒸蛋、四季豆炒肉末、山藥玉米排骨湯＊ | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 16 | 一 | 皮蛋瘦肉粥 | 螞蟻上樹、甜不辣炒韭菜、柴魚豆腐高湯 | 關東煮、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 二 | 薯餅、麥茶 | 紅醬義大利麵、蒜香高麗菜、玉米濃湯 | 蘋果麵包、蜜茶 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 三 | 黑糖饅頭、養生茶 | 梅干肉燥、玉米滑蛋、花生麵筋、海帶芽鮮菇湯 ＊ | 檸檬愛玉、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 四 | 草莓吐司、豆漿 | 咖哩豬肉燴飯、柴魚湯 | 古早味米苔目、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 五 | 喜瑞爾脆片、牛奶 | 雞肉飯、油豆腐、油蔥高麗菜  日式味噌湯 | 雞絲麵、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 23 | 一 | 吻仔魚滑蛋粥 | 肉燥、鳳梨木耳炒洋菇、九層塔炒蛋、洋蔥小魚味增湯 ＊ | 雞蛋吐司、檸檬蜂蜜茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 二 | 麥片粥 | 鮮菇豬肉燴飯、蘿蔔魚丸湯 ✽ | 芋頭米粉湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 三 | 蔬菜湯餃 | 客家炒板條、滷蛋、紫菜蛋花湯 | 小米養生粥 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 四 | 雞蛋吐司、豆漿 | 香椿炒飯、醬爆肉絲、白玉菇炒小黃瓜、當歸養生湯 | 仙草蜜、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 五 | 小饅頭、牛奶 | 茄汁魚柳、紅蘿蔔炒蛋、芋香茄子、白菜豆腐湯 ＊ | 香菇肉燥湯麵、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 30 | 一 | 廣東粥 | 毛豆洋蔥豆乾丁、海帶根炒肉絲、包菜乾鍋、大黃瓜排骨湯 | 綠豆地瓜湯、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。**

**＊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。**