

臺南市私立哈波特幼兒園 112 學年度第二學期 113.6 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	(詳列名稱) 水果	下午點心 (詳列主要食材)	全穀整類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
3	(一)	燕麥粥	什錦肉絲蛋炒飯(杏鮑菇、青椒、肉絲、蛋)、排骨湯	西瓜	蒸地瓜	V	V	V	V
4	(二)	水煎包+豆漿	白飯、魷魚炒蛋(魷魚、蛋)、薑汁燒肉、菇菇湯		紅豆西米露	V	V	V	V
5	(三)	菠菜蛋麵	白飯、糖醋雞丁(雞肉、青椒)、炒三鮮蔬(玉米筍、青椒、毛豆)、番茄蛋花湯	鳳梨	綠豆湯	V	V	V	V
6	(四)	蔥油餅	榨菜肉絲湯麵(榨菜、肉絲、韭菜)		綠豆粉條湯	V	V	V	V
7	(五)	鮮奶饅頭+米漿	紫米飯、栗子燒雞、香菇玉米筍、海帶芽湯		味噌豆腐湯	V	V	V	V
11	(二)	草莓吐司+豆漿	蕎麥飯、三色豆乾、茄汁里肌肉、鮮蔬湯(蛋花、菠菜)		關東煮	V	V	V	V
12	(三)	小籠包+米漿	五穀飯、滷肉大白菜、紅蘿蔔炒蛋、味噌湯		南瓜濃湯	V	V	V	V
13	(四)	玉米燕麥粥	什錦炒麵(高麗菜、紅蘿蔔、肉絲)、竹筍湯	芭樂	冬粉湯	V	V	V	V
14	(五)	餐包+豆漿	白飯、茄汁雞丁、毛豆炒蛋、青菜湯		小米粥	V	V	V	V
17	(一)	玉米濃湯(玉米, 雞蛋)	糙米飯、打拋豬肉、九層塔煎蛋、養生湯		蔬菜煎餅	V	V	V	V
18	(二)	草莓麵包+麥茶	白飯、蔥爆雞丁、蒜香花椰菜、紫菜湯		檸檬愛玉	V	V	V	V
19	(三)	蛋餅+薏仁漿	奶油嫩雞義大利麵(雞胸、甜椒)、玉米濃湯		銀絲卷+冬瓜茶	V	V	V	V

20	(四)	青菜豆腐湯	白飯、麻婆豆腐(豬肉、豆腐)、紅蘿蔔燴白菜、冬瓜湯	蘋果	紅棗白木耳	V	V	V	V
21	(五)	土司夾蛋+豆漿	雞肉燴飯(香菇、雞丁、三色豆)		粿仔條湯	V	V	V	V
24	(一)	法國麵包+牛奶	糙米飯、馬鈴薯燉肉、香炒芥藍菜、豆腐湯		海帶芽紫菜湯	V	V	V	V
25	(二)	雞肉粥	烏龍湯麵(紅蘿蔔、肉絲、蛋花、高麗菜)		粉圓湯	V	V	V	V
26	(三)	黑糖小饅頭+豆漿	胚芽米飯、茄汁魚丁、蒜香小白菜、魚丸湯		蘿蔔糕	V	V	V	V
27	(四)	絲瓜麵線	白飯、義式燉肉、涼拌小黃瓜、蘿蔔湯	香蕉	大黃瓜魚丸湯	V	V	V	V
28	(五)	芋頭包+菊花茶	糙米飯、古早味燉肉、蒜香空心菜、玉米湯		大麥粥	V	V	V	V

★本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。

★每月餐點內容物偶遇季節氣候因素而微調整。

★本園餐點食材不添加人工色素及味精。

★本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

