

臺南市私立哈波特幼兒園 113 學年度第二學期 114.6 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)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀 莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	(一)	鮮奶饅頭+ 豆漿	白米. 洋蔥玉米蛋. 蒜香空心菜. 香菇雞湯 (香菇. 雞肉)	芭 樂	小餐包+ 冬瓜茶	V	V	V	V
3	(二)	營養蛋花粥 (玉米粒. 雞蛋. 香菇)	高麗菜水餃. 酸辣湯 (黑 木耳. 紅蘿蔔. 豆腐)		蔥香麵線湯	V	V	V	V
4	(三)	地瓜粥 肉鬆	1 紅燒獅子頭紅蘿蔔 2 蒜香白菜		南瓜濃湯	V	V	V	V
5	(四)	草莓吐司 牛奶	古早味大滷麵(魚羹. 紅 蘿蔔. 白菜. 雞蛋)		仙草湯	V	V	V	V
6	(五)	湯麵 (蛋. 香菇. 高 麗菜. 紅蘿蔔)	1 瓜仔肉燥 2 四季紅蘿蔔		小米粥	V	V	V	V
9	(一)	小籠包+豆漿	五穀飯. 滷馬鈴薯豬肉. 香炒白覓菜. 紫菜蛋花湯	蘋 果	檸檬愛玉	V	V	V	V
10	(二)	翡翠肉絲粥	陽春湯麵(韭菜. 豆芽菜. 肉燥. 麵條)		粉圓湯	V	V	V	V
11	(三)	草莓吐司+麥 茶	紫米飯. 炒三蔬 (毛豆. 小黃瓜. 玉米筍). 洋蔥雞 丁. 白玉蘿蔔湯		紫米粥	V	V	V	V
12	(四)	葡萄麵包+ 牛奶	1 什錦炒麵 2 貢丸芹菜湯		芹菜貢丸湯	V	V	V	V
13	(五)	麵線糊(肉羹)	糙米飯. 冬瓜燉肉. 椒鹽 綜合菇. 玉米排骨湯		翡翠豆腐羹	V	V	V	V
16	(一)	草莓麵包+ 麥茶	白飯. 豆干炒雞丁. 蒜香 空心菜. 紫菜蛋花湯 (雞 丁. 紫菜. 蛋)	鳳 梨	白木耳甜湯	V	V	V	V
17	(二)	地瓜粥	什錦湯麵(肉絲. 菇. 豆芽 菜)		擔仔麵(韭 菜. 豆芽菜)	V	V	V	V
18	(三)	水餃	地瓜飯. 杏菇燉肉(雞丁. 香菇. 杏鮑菇). 炒三鮮蔬 (玉米筍. 黃椒. 毛豆). 海帶芽湯		菇菇湯	V	V	V	V

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
19	(四)	草莓吐司+麥茶	什錦炒麵(鐵板麵.高麗菜.香菇.洋蔥.肉絲.紅蘿蔔絲).蘿蔔排骨湯.(蘿蔔.排骨)		小米粥	V	V	V	V
20	(五)	奶皇包+米漿	白飯.雞塊.香炒高麗菜.薑絲冬瓜湯(雞肉.小黃瓜.高麗菜.冬瓜.)		西米露.甜湯	V	V	V	V
23	(一)	牛奶燕麥粥 (牛奶.燕麥)	咖哩雞肉燴飯(紅蘿蔔.馬鈴薯.雞肉丁.咖哩)	香蕉	關東煮	V	V	V	V
24	(二)	黑糖小饅頭+牛奶	香菇麵線羹(香菇.肉羹.肉絲.紅蘿蔔)		螞蟻上樹	V	V	V	V
25	(三)	絲瓜麵線	紫米飯.馬鈴薯燉肉(雞丁.馬鈴薯.洋蔥.胡蘿蔔).香炒油菜.青菜豆腐湯(小白菜.豆腐)		紅豆湯	V	V	V	V
26	(四)	芋頭包+牛奶	烏龍湯麵(大骨湯.洋蔥.紅蘿蔔.肉絲.香菇.魚板.高麗菜)		湯麵	V	V	V	V
27	(五)	紫米粥	飯湯(芹菜.筍.豆皮.魚)		綠豆湯	V	V	V	V
30	(一)	奶油餐包+牛奶	白飯.瓜子肉燥.炒空心菜.蘿蔔湯	蘋果	玉米濃湯	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數而做滾動式調整。

♥本園餐點食材盡不食用加工性食品。

♥本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

