

表件 5.1.1 每個月餐點表

臺南市佳思幼兒園 113 學年度第二學期 2 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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
02/03	一	玉米蛋餅 鮮豆漿 (玉米、蛋、蛋餅皮)	薏仁米飯、雙椒肉絲、彩蔬西蘭花、蒜爆四季豆、南瓜玉米濃湯 (薏仁、白米、甜椒、肉絲、三色豆、西蘭花、四季豆、南瓜、奶油、玉米、蔥、蒜)	蘋果	香絲雞絲麵 (雞絲麵、油蔥酥、豆芽菜、紅蘿蔔絲)	✓	✓	✓	✓
02/04	二	低糖豆漿 花生全麥吐司 (花生醬、全麥吐司)	大滷麵 (木耳、豬肉、豆腐、竹筍絲、蛋、紅蘿蔔、油麵)	火龍果	紅豆粉角湯 (紅豆、粉角、紅糖)	✓	✓	✓	✓
02/05	三	黑糖豆漿 雞蛋饅頭	芝麻米飯、麻婆豆腐、香煎香腸、蒜爆甜豆、蘿蔔排骨湯 (芝麻、白米、豆腐、絞肉、香腸、玉米筍、甜豆、蔥、蒜、白蘿蔔、排骨、芹菜)	柳丁	元寶彩蔬湯 (水餃、小白菜、三色豆、蔥)	✓	✓	✓	✓
02/06	四	藍莓厚片吐司 高纖豆漿 (藍莓、厚片吐司)	糙米米飯、醬香甜不辣、洋蔥炒蛋、螞蟻上樹、金針花排骨湯 (糙米、白米、甜不辣、洋蔥、蛋、冬粉、絞肉、紅蘿蔔、金針花、排骨)	奇異果	綠豆地瓜湯 (綠豆、地瓜、紅糖)	✓	✓	✓	✓
02/07	五	高麗菜鹹粥 (高麗菜、紅蘿蔔、肉絲、蛋、蔥)	鮭魚蛋包飯、蕃茄豆腐湯 (三色蔬菜、肉絲、蛋、鮭魚、蕃茄、豆腐、蔥)	芭樂	蔬菜總匯湯麵 (高麗菜、紅蘿蔔、豆芽菜、肉絲)	✓	✓	✓	✓
02/10	一	鮮豆漿 蔥花蛋餅 (蛋、蛋餅皮、蔥)	蕎麥米飯、醬燒肉絲、玉米炒蛋、蕃茄燴豆腐、大黃瓜貢丸湯 (蕎麥、白米、豬肉、三色豆、玉米粒、蛋、蕃茄、豆腐、大黃瓜、貢丸、蔥)	橘子	珍珠豆花 (珍珠、豆花)	✓	✓	✓	✓
02/11	二	水果三明治 低糖豆漿 (新鮮水果、白吐司)	海鮮鍋燒意麵 (魚板、肉絲、小白菜、蟹味棒、蛋)	木瓜	日式關東煮 (甜不辣、白蘿蔔、米血)	✓	✓	✓	✓
02/12	三	雞蛋饅頭 黑糖豆漿	五穀米飯、馬鈴薯燜肉、蒜爆油菜、彩椒炒豆干、冬瓜紅棗湯 (五穀、白米、馬鈴薯、豬肉、油菜、豆干、甜椒、冬瓜、紅棗、蒜、蔥)	西瓜	豚骨雞絲麵 (豆芽菜、紅蘿蔔、雞絲麵、蔥、大骨)	✓	✓	✓	✓
02/13	四	高纖豆漿 花生厚片吐司 (花生醬、厚片吐司)	麥片米飯、煎香腸、麻婆豆腐、韭菜炒銀芽、紫菜蛋花湯 (麥片、白米、香腸、豆腐、絞肉、韭菜、銀芽、紫菜、蛋、蔥、大骨)	香蕉	綠豆粉圓湯 (綠豆、粉圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓

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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
02/14	五	地瓜粥 (肉鬆、玉米)	咖哩燴飯、冬瓜蛤蠣湯 (白米、豬肉、紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、白米、冬瓜、蛤蠣、薑絲)	楊桃	什錦粿條 (高麗菜、肉絲、紅蘿蔔、蔥、粿條)	✓	✓	✓	✓
02/17	一	三色三明治 黑糖豆漿 (草莓醬、花生醬、起司、白吐司)	小米米飯、炸豬排、蒜香地瓜葉、玉米炒蛋、海結排骨湯 (小米、白米、地瓜粉、豬肉、玉米、蛋、地瓜葉、海結、排骨、蔥、蒜)	蓮霧	香菇冬粉湯 (肉燥、冬粉、紅蘿蔔、豆芽菜、香菇)	✓	✓	✓	✓
02/18	二	鮮豆漿 雞蛋饅頭	豚骨蔬菜湯麵 (肉絲、蛋、小白菜、蔥、紅蘿蔔、大骨、手工麵)	蘋果	仙草粉條湯 (仙草、粉條、紅糖)	✓	✓	✓	✓
02/19	三	低糖豆漿 肉鬆吐司 (肉鬆、白吐司)	薏仁米飯、菜脯炒蛋、瓜仔肉、蒜爆荷蘭豆、味噌湯 (薏仁、白米、菜脯、蛋、豬肉、瓜仔、荷蘭豆、蒜、味噌、豆腐、蔥)	火龍果	鍋燒意麵 (絞肉、意麵、高麗菜、紅蘿蔔、蔥)	✓	✓	✓	✓
02/20	四	鮭魚蛋餅 高纖豆漿 (鮭魚、蛋、蛋餅皮)	芝麻米飯、蔥燒雞絲、川燙大陸妹、蒜香豆腐、蕃茄蔬菜湯 (芝麻、白米、雞絲、蔥、大陸妹、豆腐、三色豆、蕃茄、高麗菜、排骨)	柳丁	蛋香麵線 (蛋、麵線、蔥、麻油)	✓	✓	✓	✓
02/21	五	玉米瘦肉粥 (玉米、豬肉、蛋、白米)	夏威夷炒飯、南瓜排骨湯 (鳳梨、蝦仁、青豆、紅蘿蔔、豆腐、南瓜、排骨、蔥)	奇異果	核桃莓果燕麥餅、麥茶	✓	✓	✓	✓
02/24	一	芝麻饅頭 高纖豆漿	肉燥飯、蔥爆肉絲、爆香油菜、蕃茄燴豆腐、豆薯蛋花湯 (絞肉、白米、豬肉、油菜、番茄、豆腐、豆薯、蛋、蒜、蔥)	芭樂	彩蔬湯麵 (高麗菜、紅蘿蔔、豆芽菜、肉絲)	✓	✓	✓	✓
02/25	二	鮮豆漿 水果三明治 (新鮮水果、白吐司)	蔬菜總匯湯麵 (肉絲、大白菜、蕃茄、玉米、木耳、紅蘿蔔、油麵)	橘子	蘿蔔甜不辣 (白蘿蔔、甜不辣)	✓	✓	✓	✓
02/26	三	黑糖豆漿 銀絲卷	糙米米飯、燒肉、高麗菜炒豆皮、紅蘿蔔炒蛋、金針花湯 (糙米、白米、豬肉、高麗菜、豆皮、紅蘿蔔、金針花、蛋、大骨)	木瓜	油菜肉末冬粉 (蛋、絞肉、紅蘿蔔、油菜)	✓	✓	✓	✓
02/27	四	起司吐司 低糖豆漿 (起司、白吐司)	魯肉飯、五香滷味、玉米筍燴黃瓜、洋蔥炒蛋、浮水魚丸湯 (豬肉、油豆腐、麵輪、玉米筍、小黃瓜、洋蔥、蛋、浮水魚丸、蒜、蔥)	西瓜	桂圓糯米粥 (桂圓、糯米)	✓	✓	✓	✓
02/28	五		和平紀念日						

* 蔬菜、水果有時會依當季季節微調。 * 本園使用國產豬肉

表件 5.1.1 每個月餐點表

臺南市佳思幼兒園 113 學年度第二學期 3 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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
03/03	一	火腿蛋餅 高纖豆漿 (火腿、蛋餅皮、蔥)	蕎麥米飯、蒜泥白肉、炒高麗菜、蒜香黑葉白菜、黃帝豆排骨湯 (蕎麥、白米、蒜、豬肉、高麗菜、黑葉白菜、黃帝豆、排骨、蔥)	楊桃	枸杞滑蛋麵線 (蛋、麵線、枸杞、麻油)	✓	✓	✓	✓
03/04	二	鮮豆漿 藍莓吐司 (藍莓醬、白吐司)	咖哩西蘭花湯麵 (蛋、西蘭花、紅蘿蔔、咖哩粉、豬肉、玉米、青豆、手工麵)	蓮霧	日式關東煮 (白蘿蔔、米血、甜不辣)	✓	✓	✓	✓
03/05	三	黑糖饅頭 低糖豆漿	五穀米飯、馬鈴薯燉肉、瓜仔肉炒菠菜、紅蘿蔔炒蛋、豆薯蛋花湯 (五穀、白米、馬鈴薯、紅蘿蔔、豬肉、瓜仔、菠菜、蛋、豆薯)	蘋果	擔仔冬粉湯 (肉燥、豆芽菜、韭菜、冬粉)	✓	✓	✓	✓
03/06	四	高纖豆漿 花生吐司 (花生醬、白吐司)	麥片米飯、炒三菇、洋蔥炒豬肉、燙青花菜、金針菇蛋花湯 (麥片、白米、蛋、蔥、蒜、青花菜、洋蔥、豬肉、金針菇、杏鮑菇、壽喜菇)	火龍果	什錦蔬菜麵 (紅蘿蔔、高麗菜、玉米)	✓	✓	✓	✓
03/07	五	高麗菜鹹粥 (白米、高麗菜、紅蘿蔔、肉絲)	咖哩豬肉飯、貢丸湯 (豬肉、紅蘿蔔、咖哩粉、馬鈴薯、白米、貢丸、芹菜)	柳丁	鹹湯圓 (湯圓、香菇、蝦米、茼蒿、豬肉)	✓	✓	✓	✓
03/10	一	鮮豆漿 芝麻饅頭	小米米飯、麻婆豆腐、芹香豆乾、蒜爆四季豆、南瓜排骨湯 (小米、白米、蒜、蔥、豆腐、絞肉、豆乾、芹菜、四季豆、南瓜、玉米、排骨)	奇異果	銀芽意麵 (豆芽菜、紅蘿蔔、絞肉、蔥)	✓	✓	✓	✓
03/11	二	肉鬆吐司 低糖豆漿 (肉鬆、白吐司)	紅燒豬肉麵 (肉絲、小白菜、紅蘿蔔、蔥、手工麵)	芭樂	地瓜綠豆湯 (地瓜、綠豆、紅糖)	✓	✓	✓	✓
03/12	三	黑糖豆漿 雞蛋饅頭	薏仁米飯、滷肉滷蛋、芹香三絲、蒜香大陸妹、海結玉米湯 (薏仁、白米、豬肉、蛋、芹菜、紅蘿蔔、海帶絲、大陸妹、蒜、蔥、海結、玉米)	橘子	肉燥蔥花麵線 (麵線、肉絲、蔥、地瓜葉)	✓	✓	✓	✓
03/13	四	火腿蛋餅 高纖豆漿 (火腿、蛋、蛋餅皮)	芝麻米飯、紅燒肉絲、咖哩西蘭花、玉米炒蛋、蕃茄蔬菜湯 (芝麻、白米、肉絲、西蘭花、玉米、蛋、番茄、高麗菜、蒜、蔥)	木瓜	韭香彩蔬粿條 (高麗菜、肉絲、紅蘿蔔、韭菜)	✓	✓	✓	✓
03/14	五	地瓜粥 肉鬆、玉米	火腿蛋炒飯、大黃瓜貢丸湯 (火腿、三色蔬菜、蛋、大黃瓜、蔥、貢丸)	西瓜	珍珠豆花 (珍珠、豆花)	✓	✓	✓	✓
03/17	一	黑糖饅頭 鮮豆漿	糙米米飯、香煎香腸、蝦米燴黃瓜、洋蔥炒蛋、海帶味噌湯 (糙米、白米、香腸、蝦米、小黃瓜、洋蔥、蛋、味噌、豆腐、海帶、蔥)	香蕉	蔬菜總匯雞絲麵 (絞肉、紅蘿蔔、蛋、豆芽菜)	✓	✓	✓	✓

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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
03/18	二	低糖豆漿 起司吐司 (起司、白吐司)	魚板榨菜肉絲麵 (榨菜、肉絲、小白菜、魚板、手工麵)	楊桃	蘿蔔甜不辣 (白蘿蔔、甜不辣)	✓	✓	✓	✓
03/19	三	肉鬆蛋餅 黑糖豆漿 (蛋、蛋餅皮、肉鬆)	蕎麥米飯、洋蔥爆豬柳、蒜香地瓜葉、芹菜炒麵腸、魚丸湯 (蕎麥、白米、洋蔥、豬肉、地瓜葉、芹菜、麵腸、魚丸、蔥)	蓮霧	鍋燒意麵 (絞肉、意麵、高麗菜、紅蘿蔔、蔥)	✓	✓	✓	✓
03/20	四	法國吐司 高纖豆漿 (蛋、白吐司)	五穀米飯、脆瓜蒸肉、彩蔬高麗菜、五香豆腐、蘿蔔排骨湯 (五穀、白米、脆瓜、豬肉、高麗菜、三色豆、豆腐、白蘿蔔、排骨)	蘋果	玉米馬鈴薯濃湯 (玉米、馬鈴薯、奶油、蛋)	✓	✓	✓	✓
03/21	五	香菇肉粥 (香菇、肉絲、高麗菜、蔥)	燒肉飯、彩蔬西蘭花、蒜香小白菜、冬瓜紅棗排骨湯 (白米、豬肉、三色豆、西蘭花、小白菜、蒜、蔥、冬瓜、排骨、紅棗)	火龍果	仙草西米露 (仙草、西米露、紅糖)	✓	✓	✓	✓
03/24	一	黑糖饅頭 鮮豆漿	麥片米飯、香菇肉燥、蒜爆長豆、蕃茄燴豆腐、豆薯蛋花湯 (麥片、白米、香菇、絞肉、蒜、長豆、蕃茄、豆腐、豆薯、蛋、蔥)	柳丁	韭香粉絲湯 (冬粉、紅蘿蔔、豆芽菜、韭菜)	✓	✓	✓	✓
03/25	二	三色三明治 低糖豆漿 (草莓醬、花生醬、起司、白吐司)	蕃茄菇菇湯麵 (蕃茄、金針菇、香菇、肉絲、蛋、蔥、手工麵)	奇異果	綠豆大麥粥 (綠豆、麥片、紅糖)	✓	✓	✓	✓
03/26	三	銀絲卷 高纖豆漿	小米米飯、滷豬排、五香豆腐、荷蘭豆彩蔬、當歸麵輪湯 (小米、白米、豬肉、八角、豆腐、荷蘭豆、三色豆、當歸、麵輪、蔥)	芭樂	枸杞滑蛋麵線 (蛋、麵線、枸杞、麻油)	✓	✓	✓	✓
03/27	四	黑糖豆漿 芝麻饅頭	薏仁米飯、蔥爆豬肉絲、芹香炒麵腸、玉米炒蛋、紫菜蛋花湯 (薏仁、白米、豬肉、芹菜、麵腸、玉米、紫菜、蛋、蒜、蔥)	橘子	彩蔬元寶湯 (高麗菜、紅蘿蔔、水餃、玉米)	✓	✓	✓	✓
03/28	五	地瓜粥 麵筋、玉米	豬肉燴飯、竹筍排骨湯 (豬肉、白菜、木耳、紅蘿蔔、竹筍、排骨、蔥)	木瓜	甘藍蘇打餅 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
03/31	一	鮮豆漿 水果三明治 (新鮮水果、白吐司)	芝麻米飯、醬燒甜不辣、肉絲甜豆、鮮菇彩蔬、黃瓜貢丸湯 (芝麻、白米、甜不辣、豬肉、甜豆、金針菇、杏鮑菇、袖珍菇、三色豆、大黃瓜、貢丸、蔥、蒜)	西瓜	什錦意麵 (絞肉、意麵、高麗菜、紅蘿蔔、蔥)	✓	✓	✓	✓

* 蔬菜、水果有時會依當季季節微調。

* 本園使用國產豬肉

表件 5.1.1 每個月餐點表

臺南市佳思幼兒園 113 學年度第二學期 4 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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
04/01	二	草莓厚片吐司 低糖豆漿 (草莓醬、厚片吐司)	鮮菇彩蔬咖哩湯麵 (肉絲、香菇、小白菜、紅蘿蔔、咖哩粉、手工麵)	香蕉	綠豆粉角湯 (綠豆、粉角、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/02	三	蛋香玉米粥 (蛋、玉米、蔥、豬肉)	糙米米飯、糖醋豬排、鮮炒高麗菜、滷海結、冬瓜蛤蠣湯 (糙米、白米、豬肉、三色豆、高麗菜、海結、冬瓜、蛤蠣、蒜、蔥)	楊桃	日式拉麵 (肉絲、紅蘿蔔、玉米、高麗菜、味噌)	✓	✓	✓	✓
04/03	四		清明節						
04/04	五		兒童節						
04/07	一	蔥花蛋餅 高纖豆漿 (蛋、蛋餅皮、蔥)	蕎麥米飯、什錦滷味、洋蔥炒肉絲、蒜爆青江菜、當歸麵輪湯 (蕎麥、白米、米血、貢丸、洋蔥、青江菜、當歸、麵輪、蒜、蔥)	火龍果	鮮蔬湯餃 (蔥、小白菜、三色豆、水餃)	✓	✓	✓	✓
04/08	二	低糖豆漿 草莓全麥吐司 (草莓醬、全麥吐司)	金瓜香菇湯麵 (肉絲、香菇、高麗菜、紅蘿蔔、南瓜)	柳丁	葡萄乾甜粥 (白米、葡萄乾、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/09	三	芝麻饅頭 鮮豆漿	五穀米飯、鑲肉豆腐煲、甜豆炒雙菇、蒜炒菠菜、豚骨玉米蛋花湯 (五穀、白米、豬肉、豆腐、豌豆、金針菇、香菇、菠菜、玉米、大骨、蛋、蒜、蔥)	奇異果	蛋香肉絲麵線 (麵線、蛋、肉絲、麻油)	✓	✓	✓	✓
04/10	四	黑糖豆漿 法國吐司 (蛋、白吐司)	麥片米飯、日式炸豬排、紅蘿蔔炒蛋、洋蔥炒蛋、青菜魚丸湯 (麥片、白米、豬排、紅蘿蔔、蛋、洋蔥、小白菜、魚丸)	芭樂	珍珠豆花 (珍珠、豆花)	✓	✓	✓	✓
04/11	五	地瓜粥 肉鬆、玉米蛋	咖哩雞肉飯、紫菜蛋花湯 (雞肉、紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、白米、紫菜、蛋、蔥)	橘子	魚板冬粉湯 (肉燥、冬粉、魚板、小白菜)	✓	✓	✓	✓
04/14	一	高纖豆漿 玉米蛋餅 (蛋、蛋餅皮、玉米、蔥)	小米米飯、香腸煎、黃瓜總匯、蕃茄豆腐煲、味噌海帶湯 (小米、白米、香腸、蝦米、小黃瓜、大黃瓜、蕃茄、豆腐、味噌、海帶)	木瓜	蔥香魚板麵線 (魚板、麵線、高麗菜、蔥)	✓	✓	✓	✓
04/15	二	低糖豆漿 花生全麥吐司 (花生醬、全麥吐司)	木須什錦滷麵 (黑木耳、香菇、紅蘿蔔、筍絲、肉絲、高麗菜)	西瓜	桂圓糯米粥 (糯米、桂圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/16	三	黑糖饅頭 鮮豆漿	薏仁米飯、黑胡椒豬柳、芹菜炒豆乾、韭菜炒銀芽、黃帝豆排骨湯 (薏仁、白米、黑胡椒、豬柳、豆乾、芹菜、韭菜、豆芽菜、黃帝豆、排骨)	香蕉	什錦板條 (肉絲、蔥、紅蘿蔔絲、高麗菜)	✓	✓	✓	✓

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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
04/17	四	高纖豆漿 肉鬆吐司 (肉鬆、白吐司)	芝麻米飯、五香滷肉、杏鮑菇炒荷蘭豆、紅蘿蔔炒蛋、鮮蔬排骨湯 (芝麻、白米、豬肉、紅蘿蔔、八角、杏鮑菇、荷蘭豆、蕃茄、高麗菜、排骨、蔥)	楊桃	紅豆大麥粥 (紅豆、麥片、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/18	五	雞肉蔬菜粥 (雞肉、高麗菜、油蔥酥)	香菇什錦燴飯 (白米、三色蔬菜、香菇、肉絲、火腿)	蓮霧	彩蔬雞絲麵 (豆芽菜、雞絲麵、蔥、紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
04/21	一	雞蛋饅頭 黑糖豆漿	糙米米飯、黃瓜封肉、菜脯炒蛋、彩蔬油豆腐、當歸麵輪湯 (糙米、白米、大黃瓜、豬肉、菜脯、蛋、三色豆、油豆腐、當歸、麵輪)	蘋果	珍珠粉條 (粉圓、粉條、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/22	二	低糖豆漿 蛋香吐司 (蛋、白吐司)	紅燒豬肉湯麵 (紅燒豬肉、小白菜、紅蘿蔔、手工麵、玉米、大骨高湯)	火龍果	小白菜湯餃 (蔥、小白菜、三色豆、水餃)	✓	✓	✓	✓
04/23	三	鮮豆漿 銀絲卷	蕎麥米飯、瓜仔肉燥、芹香豆乾、蕃茄炒蛋、南瓜排骨湯 (蕎麥、白米、瓜仔、豬肉、芹菜、豆乾、蕃茄、蛋、南瓜、排骨、蔥)	柳丁	芋頭西米露 (芋頭、西米露、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/24	四	高纖豆漿 起司蛋餅 (蛋、蛋餅皮、番茄醬)	五穀米飯、馬鈴薯墩肉、蘑菇甜豆、紅蘿蔔炒蛋、豆薯蛋花湯 (五穀、白米、馬鈴薯、豬肉、紅蘿蔔、蘑菇、甜豆、蛋、豆薯、蒜)	奇異果	蛋香麻油麵線 (麵線、蛋、肉絲、麻油)	✓	✓	✓	✓
04/25	五	地瓜粥 肉鬆、麵筋	香菇芋頭飯、味噌豆腐湯 (芋頭、肉絲、香菇、蝦米、味噌、豆腐、蔥)	芭樂	亞麻籽芝麻餅乾 冬瓜茶	✓	✓	✓	✓
04/28	一	黑糖豆漿 芝麻饅頭	麥片米飯、瓜仔肉、玉米炒蛋、蝦米高麗菜、筍絲湯 (麥片、白米、豬肉、瓜仔、玉米、蛋、蝦米、高麗菜、筍絲、紅蘿蔔、木耳、蔥)	橘子	魚板冬粉湯 (肉燥、冬粉、魚板、小白菜)	✓	✓	✓	✓
04/29	二	草莓全麥吐司 鮮豆漿 (草莓醬、全麥吐司)	家常拌拌麵、蕃茄蛋花湯 (甜麵醬、小黃瓜絲、紅蘿蔔、玉米粒、蕃茄、蛋、蔥、大骨)	木瓜	仙草粉角湯 (仙草、粉角、紅糖)	✓	✓	✓	✓
04/30	三	高纖豆漿 水果三明治 (新鮮水果、白吐司)	小米米飯、油豆腐滷肉、炒三菇、蒸蛋、海帶味噌湯 (小米、白米、芋頭、豬肉、金針菇、杏鮑菇、秀珍菇、蛋、海帶、味噌、大骨、蒜、蔥)	西瓜	彩蔬湯麵 (高麗菜、紅蘿蔔、豆芽菜、肉絲)	✓	✓	✓	✓

* 蔬菜、水果有時會依當季季節微調。

* 本園使用國產豬肉

表件 5.1.1 每個月餐點表

臺南市佳思幼兒園 113 學年度第二學期 5 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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
05/01	四		勞動節						
05/02	五	高麗菜粥 (高麗菜、絞肉、紅蘿蔔、玉米)	燒肉飯、花生排骨湯 (燒肉、蒜香西蘭花、蒜香豆腐、花生、排骨)	香蕉	韭香粉絲湯 (冬粉、紅蘿蔔、豆芽菜、韭菜)	✓	✓	✓	✓
05/05	一	低糖豆漿 鮪魚蛋餅 (鮪魚、蛋、蛋餅皮)	薏仁米飯、宮保雞丁、蒜爆地瓜葉、蕃茄炒蛋、冬瓜蛤蠣湯 (薏仁、白米、雞胸肉、九層塔、蒜、地瓜葉、蝦米、黃瓜、冬瓜、蛤蠣)	楊桃	火腿玉米濃湯 (玉米、青豆、蔥、紅蘿蔔、蛋、火腿)	✓	✓	✓	✓
05/06	二	三色三明治 鮮豆漿 (草莓醬、花生醬、起司、白吐司)	大滷麵 (紅蘿蔔、肉絲、筍絲、木耳、蛋、大白菜、蔥、醋)	蓮霧	桂圓糯米粥 (桂圓、糯米、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/07	三	高纖豆漿 雞蛋饅頭	芝麻米飯、香煎香腸、蒜香大陸妹、芹香三絲、味噌豆腐湯 (芝麻、白米、香腸、蒜、大陸妹、芹菜、海帶絲、紅蘿蔔絲、肉絲、味噌、豆腐、蔥)	蘋果	什錦米粉湯 (紅蘿蔔、豆芽菜、韭菜、肉絲)	✓	✓	✓	✓
05/08	四	法國吐司 黑糖豆漿 (蛋、白吐司)	糙米米飯、洋蔥爆炒豬肉、鮮炒三菇、西洋芹炒豆干、蘿蔔排骨湯 (糙米、白米、豬肉、洋蔥、金針菇、杏鮑菇、秀珍菇、西洋芹、豆干、白蘿蔔、排骨)	火龍果	仙草西米露 (仙草、西米露、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/09	五	地瓜粥 炒蛋、肉鬆 (白米、地瓜、蛋、肉鬆)	咖哩雞肉飯、芹香貢丸湯 (雞肉、紅蘿蔔、咖哩粉、馬鈴薯、白米、貢丸、芹菜)	柳丁	什錦蔬菜麵 (紅蘿蔔、高麗菜、玉米)	✓	✓	✓	✓
05/12	一	鮮豆漿 蔥花蛋餅 (蛋、蛋餅皮、蔥)	蕎麥米飯、日式豬排、蒜爆四季豆、蒜香豆腐、紫菜蛋花湯 (蕎麥、白米、豬排、地瓜粉、蒜、四季豆、三色豆、豆腐、紫菜、蛋)	奇異果	珍珠粉圓湯 (小粉圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/13	二	藍莓全麥吐司 低糖豆漿 (藍莓醬、全麥吐司)	家常拌拌麵、蕃茄蔬菜湯 (甜麵醬、小黃瓜絲、紅蘿蔔、玉米粒、蕃茄、高麗菜、蔥、大骨)	芭樂	蘿蔔甜不辣 (白蘿蔔、甜不辣)	✓	✓	✓	✓
05/14	三	黑糖豆漿 芝麻饅頭	五穀米飯、油豆腐滷肉、蒜香油菜、魚板蒸蛋、海帶味噌湯 (五穀、白米、油豆腐、豬肉、蒜、油菜、魚板、蛋、海帶、味噌)	橘子	紅豆粉角湯 (紅豆、粉角、紅糖)	✓	✓	✓	✓

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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
05/15	四	高纖豆漿 肉鬆吐司 (肉鬆醬、白吐司)	麥片米飯、黃瓜封肉、蠔油菠菜、玉米炒蛋、黃帝豆排骨湯 (麥片、白米、大黃瓜、豬肉、蠔油、菠菜、玉米、蛋、黃帝豆、排骨、蔥)	木瓜	擔仔湯麵 (韭菜、肉燥、豆芽菜)	✓	✓	✓	✓
05/16	五	皮蛋瘦肉粥 (白米、皮蛋、絞肉、蔥)	豬肉燴飯、筍絲木耳排骨湯 (豬肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、蔥、筍絲、木耳、排骨)	西瓜	綠豆大麥粥 (綠豆、麥片、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/19	一	銀絲卷 低糖豆漿	小米米飯、蔥燒雞絲、青椒炒肉絲、蒜爆地瓜葉、蔬菜湯 (小米、白米、雞絲、蔥、青椒、肉絲、地瓜葉、蒜、高麗菜、紅蘿蔔)	香蕉	鮮絲冬粉湯 (紅蘿蔔、高麗菜、豆芽菜、肉絲)	✓	✓	✓	✓
05/20	二	鮮豆漿 草莓厚片吐司 (草莓醬、厚片吐司)	大滷麵 (白菜、豬肉、木耳、紅蘿蔔、蛋、手工麵)	楊桃	珍珠豆花 (小粉圓、豆花)	✓	✓	✓	✓
05/21	三	玉米蛋餅 黑糖豆漿 (玉米、蛋、蛋餅皮、蔥)	薏仁米飯、筍乾控肉、開陽白菜、麻婆豆腐、玉米蛋花湯 (薏仁、白米、酸筍、豬肉、大白菜、三色豆、蝦米、豆腐、玉米、蛋、蒜、蔥)	蓮霧	彩蔬湯麵 (紅蘿蔔、肉絲、芹菜、韭菜)	✓	✓	✓	✓
05/22	四	起司吐司 高纖豆漿 (起司、白吐司)	芝麻米飯、蒜泥白肉、蒜香長豆、紅蘿蔔炒蛋、竹筍排骨湯 (芝麻、白米、豬肉、蒜、長豆、紅蘿蔔、蛋、蔥、竹筍、排骨)	蘋果	雪圓仔湯圓 (紅白湯圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/23	五	彩蔬蛋花粥 (蛋、三色豆、蔥、白米、肉絲)	咖哩雞肉飯、海帶絲玉米湯 (白米、雞肉、紅蘿蔔、馬鈴薯、海帶絲、玉米、排骨、蔥)	火龍果	枸杞蛋香麵線 (蛋、蔥花、麵線、紅蘿蔔、枸杞)	✓	✓	✓	✓
05/26	一	鮮豆漿 黑芝麻饅頭	蕎麥米飯、糖醋豬排、蕃茄豆腐、炒高麗菜、芹香蘿蔔湯 (蕎麥、白米、豬肉、三色豆、高麗菜、竹筍、排骨、蔥)	柳丁	綠豆地瓜 (綠豆、地瓜、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/27	二	厚片花生吐司 低糖豆漿 (花生醬、白吐司)	什錦炒麵、紫菜蛋花湯 (肉絲、蝦米、蛋、高麗菜、紅蘿蔔、蒜、紫菜、蛋、蔥花)	奇異果	日式關東煮 (白蘿蔔、米血、甜不辣)	✓	✓	✓	✓
05/28	三	黑糖豆漿 雞蛋饅頭	五穀米飯、招牌醬肉片、麻婆豆腐、香爆空心菜、黃帝豆排骨湯 (五穀、白米、絞肉、豆腐、空心菜、豬肉、白蘿蔔、排骨、蒜、蔥)	芭樂	肉燥冬粉湯 (肉燥、冬粉、紅蘿蔔、蛋)	✓	✓	✓	✓
05/29	四	高纖豆漿 草莓蛋吐司 (草莓醬、蛋、白吐司)	麥片米飯、筍乾燻肉、炒小白菜、菜脯炒蛋、金針花蛋花湯 (麥片、白米、筍乾、豬肉、蒜、小白菜、菜脯、蛋、金針花、排骨、蔥)	橘子	仙草粉條湯 (仙草、粉條、紅糖)	✓	✓	✓	✓
05/30	五		端午節補假						

* 蔬菜、水果有時會依當季季節微調。

* 本園使用國產豬肉

表件 5.1.1 每個月餐點表

臺南市佳思幼兒園 113 學年度第二學期 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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
06/02	一	銀絲卷 鮮豆漿	小米米飯、茄汁豬肉、蕃茄炒蛋、蒜爆大陸妹、南瓜排骨湯 (小米、白米、豬肉、番茄醬、番茄、蛋、大陸妹、蒜、南瓜、排骨、蔥)	木瓜	鍋燒冬粉 (絞肉、冬粉、小白菜、紅蘿蔔、魚板、蔥)	✓	✓	✓	✓
06/03	二	黑糖豆漿 肉鬆三明治 (肉鬆、白吐司)	咖哩鮮蔬湯麵 (蛋、香菇、紅蘿蔔、洋蔥、肉絲、黑葉白菜、手工麵)	西瓜	雪圓仔湯圓 (紅白湯圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
06/04	三	雞蛋饅頭 高纖豆漿	薏仁米飯、瓜仔肉、菜脯炒蛋、蒜香油菜、豆腐味噌湯 (薏仁、白米、豬肉、瓜仔、菜脯、蛋、蒜、油菜、豆腐、味噌、蔥)	香蕉	蔬菜豬肉湯餃 (小白菜、水餃、紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
06/05	四	低糖豆漿 藍莓厚吐司 (藍莓醬、厚片吐司)	芝麻米飯、宮保雞丁、西芹三絲、蒜爆地瓜葉、黃瓜貢丸湯 (芝麻、白米、雞丁、紅蘿蔔、木耳、芹菜、豆干絲、蒜、地瓜葉、大黃瓜、貢丸)	楊桃	肉絲白菜麵湯 (大白菜、紅蘿蔔、豆芽菜、豬肉)	✓	✓	✓	✓
06/06	五	芋香鹹粥 (芋頭、玉米、絞肉、蔥)	茄香蛋炒飯、芹香魚丸湯 (白米、蛋、蕃茄醬、三色蔬菜、肉絲、蔥、芹菜、魚丸)	蓮霧	綠豆地瓜湯 (綠豆、地瓜、紅糖)	✓	✓	✓	✓
06/09	一	玉米蛋餅 黑糖豆漿 (玉米、蛋、蛋餅皮)	糙米米飯、雞肉燴洋蔥、滷油豆腐、彩蔬荷蘭豆、冬瓜排骨湯 (糙米、白米、雞肉、洋蔥、油豆腐、四季豆、三色蔬菜、冬瓜、排骨)	蘋果	魚板什錦麵線 (魚板、紅蘿蔔、小白菜、麵線、蔥)	✓	✓	✓	✓
06/10	二	鮮豆漿 起司吐司 (起司、白吐司)	豚骨拉麵 (豬大骨、小白菜、蛋、紅蘿蔔、豬肉、玉米)	火龍果	玉米馬鈴薯濃湯 (玉米、馬鈴薯、蛋)	✓	✓	✓	✓
06/11	三	黑糖豆漿 芝麻饅頭	蕎麥米飯、蔥爆豬肉絲、蒜炒油菜、紅蘿蔔炒蛋、浮水魚丸湯 (蕎麥、白米、豬肉、蔥、蒜、油菜、紅蘿蔔、蛋、浮水魚丸)	柳丁	珍珠豆花 (小粉圓、豆花)	✓	✓	✓	✓
06/12	四	藍莓全麥吐司 低糖豆漿 (藍莓醬、全麥土 吐司)	五穀米飯、芋頭燻肉、五彩豆干丁、玉米炒蛋、蕃茄蔬菜湯 (五穀、白米、芋頭、豬肉、香菇、甜椒、豆干、玉米、蛋、蕃茄、高麗菜、大骨、蔥)	奇異果	肉燥米粉湯 (肉燥、米粉、韭菜)	✓	✓	✓	✓
06/13	五	地瓜粥 炒蛋、麵筋	西蘭花彩蔬燴飯、冬瓜蛤蠣湯 (西蘭花、紅蘿蔔、玉米、青豆、肉絲、蛋、冬瓜、蛤蠣、蔥)	芭樂	芋頭西米露 (芋頭、西米露、紅糖)	✓	✓	✓	✓
06/16	一	鮮豆漿 雞蛋饅頭	麥片米飯、香煎香腸、蝦米燴黃瓜、洋蔥炒蛋、紫菜蛋花湯 (麥片、白米、香腸、蝦米、小黃瓜、三色豆、洋蔥、蛋、紫菜、蔥)	橘子	麻油滑蛋麵線 (麵線、蛋、肉絲、麻油)	✓	✓	✓	✓

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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
06/17	二	全麥藍莓三 明治 高纖豆漿 (藍莓醬、白吐司)	什錦彩蔬湯麵 (肉絲、蕃茄、蛋、金針菇、紅蘿 蔔、木耳)	木瓜	葡萄乾甜粥 (葡萄乾、白 米、紅糖)	✓	✓	✓	✓
06/18	三	黑糖饅頭 鮮豆漿	小米米飯、蔥燒雞絲、開陽白 菜、五香豆腐、蘿蔔排骨湯 (小米、白米、蔥、雞絲、大白菜、 蝦米、三色豆、豆腐、白蘿蔔、排 骨)	西瓜	什錦粿條 (高麗菜、肉 絲、紅蘿蔔、 蔥、韭菜)	✓	✓	✓	✓
06/19	四	低糖豆漿 草莓厚吐司 (草莓醬、厚片吐 司)	肉燥飯、黃瓜封肉、銀芽炒肉 絲、蕃茄炒豆腐、魚丸湯 (白米、豬肉、大黃瓜、豆芽菜、蕃 茄、豆腐、魚丸、芹菜)	香蕉	蘿蔔甜不辣 (白蘿蔔、甜不 辣)	✓	✓	✓	✓
06/20	五	鮭魚玉米粥 (鮭魚、玉 米、白米、肉 絲、蔥)	燒肉飯、豆薯蛋花湯 (燒肉、紅蘿蔔炒蛋、炒小白菜、 蛋、豆薯、蛋、蔥)	楊桃	圓仔仙草湯 (小湯圓、仙 草、紅糖)	✓	✓	✓	✓
06/23	一	茄汁蛋餅 黑糖豆漿 (蛋、蛋餅皮、 番茄醬、蔥)	薏仁米飯、馬鈴薯燉肉、玉米 筍炒雙菇、豆皮白菜滷、當歸 麵輪湯 (薏仁、白米、馬鈴薯、豬肉、玉米 筍、秀珍菇、香菇、豆皮、白菜、 木耳、麵輪、當歸)	蓮霧	銀芽意麵 (絞肉、紅蘿 蔔、豆芽菜、 韭菜)	✓	✓	✓	✓
06/24	二	水果三明治 鮮豆漿 (新鮮水果、白吐司)	日式味噌拉麵 (魚板、豬肉、玉米粒、小白菜、 味噌、手工麵)	蘋果	香蜜煎餅 麥茶 (蛋、麵粉、蜂 蜜)	✓	✓	✓	✓
06/25	三	低糖豆漿 芝麻饅頭	魯肉飯、五香滷味、蝦米小黃 瓜、洋蔥炒蛋、木耳筍絲湯 (豬肉、貢丸、蝦米、小黃瓜、洋蔥、 蛋、木耳、筍絲、紅蘿蔔、蔥)	火龍果	蔬菜什錦麵 (高麗菜、紅蘿 蔔、豆芽菜、 肉絲)	✓	✓	✓	✓
06/26	四	蛋香吐司 高纖豆漿 (蛋、白吐司)	芝麻米飯、黑胡椒豬柳、芹菜 炒豆干、玉米筍炒甜豆、枸杞 冬瓜湯 (芝麻、白米、豬肉、芹菜、豆干、玉 米筍、甜豆、蒜、冬瓜、枸杞、薑絲)	柳丁	鹹湯圓 (湯圓、香菇、蝦 米、茼蒿、豬肉)	✓	✓	✓	✓
06/27	五	地瓜粥 玉米炒蛋、 肉鬆	蕃茄燉飯、玉米蔬菜湯 (蕃茄、玉米、青豆、蛋、紅蘿蔔)	奇異果	什錦米粉湯 (紅蘿蔔、韭 菜、肉絲、豆 芽菜、米粉)	✓	✓	✓	✓
06/30	一	黑糖豆漿 玉米蛋餅 (蛋、蛋餅皮、 玉米)	糙米米飯、日式炸豬排、紅蘿蔔 炒蛋、紅燒豆腐、金針鮮菇湯 (糙米、白米、豬肉、紅蘿蔔、蛋、 蔥、豆腐、金針菇、高麗菜、枸杞)	芭樂	卡哩卡哩 麥茶	✓	✓	✓	✓

* 蔬菜、水果有時會依當季季節微調。

* 本園使用國產豬肉

表件 5.1.1 每個月餐點表

臺南市佳思幼兒園 113 學年度第二學期 7 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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
07/01	二	低糖豆漿 草莓蛋吐司 (草莓醬、蛋、白吐司)	蕃茄蘑菇麵、蔬菜湯 (蕃茄醬、豬肉、蘑菇、蕃茄、小白菜、玉米、高麗菜、高湯)	橘子	綠豆糯米粥 (綠豆、糯米、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/02	三	高纖豆漿 起司蛋餅 (起司、蛋餅皮、蔥)	蕎麥米飯、梅干扣肉、蕃茄炒蛋、芹香豆干、蘿蔔排骨湯 (蕎麥、白米、豬肉、梅干菜、蕃茄、蛋、芹菜、豆乾、白蘿蔔、排骨)	木瓜	麻油蛋香麵線 (蛋、蔥花、麵線、紅蘿蔔、麻油)	✓	✓	✓	✓
07/03	四	鮮果三明治 鮮豆漿 (新鮮水果、白吐司)	五穀米飯、五香肉燥、蒜爆西蘭花菜、鮮三菇、玉米蛋花湯 (五穀、白米、絞肉、西蘭花、金針菇、杏鮑菇、香菇、玉米、蛋、蔥)	西瓜	鮮蔬粉絲湯 (高麗菜、紅蘿蔔、豆芽菜、冬粉、油蔥酥)	✓	✓	✓	✓
07/04	五	芋香鹹粥 (芋頭、肉絲、蔥)	豬肉燴飯、玉米鮮蔬湯 (洋蔥、肉絲、紅蘿蔔、馬鈴薯、蛋、玉米、蔥)	香蕉	仙草粉圓湯 (仙草、粉圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/07	一	高纖豆漿 黑糖饅頭	麥片米飯、馬鈴薯燉肉、紅蘿蔔炒蛋、螞蟻上樹、大黃瓜湯 (麥片、白米、紅蘿蔔、蛋、馬鈴薯、豬肉、蔥、蒜、冬粉、冬瓜、高湯)	楊桃	魚板粉絲 (小白菜、魚板、冬粉)	✓	✓	✓	✓
07/08	二	低糖豆漿 三色三明治 (草莓醬、花生醬、起司、白吐司)	榨菜肉絲麵 (大骨湯、榨菜、肉絲、小白菜、魚板)	蓮霧	葡萄乾甜粥 (葡萄乾、糯米、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/09	三	高纖豆漿 玉米蛋餅 (蛋、蛋餅皮、玉米)	小米飯、五香燒肉、爆香四季豆、魚板蒸蛋、當歸麵輪湯 (小米、白米、豬肉、四季豆、蒜、蛋、魚板、當歸、麵輪、蔥)	蘋果	鮮蔬湯餃 (蔥、小白菜、水餃)	✓	✓	✓	✓
07/10	四	鮮豆漿 花生吐司 (花生醬、白吐司)	薏仁米飯、煎香腸、麻婆豆腐、蝦米高麗菜、芹香魚丸湯 (薏仁、白米、香腸、豆腐、蒜、高麗菜、蝦米、芹菜、魚丸)	火龍果	綠豆粉圓湯 (綠豆、粉圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/11	五	鮭魚玉米粥 (絲瓜、玉米、白米、肉絲)	芝麻米飯、糖醋豬排、玉米炒蛋、芹香三絲、蔬菜湯 (芝麻、白米、豬肉、三色蔬菜、玉米、蛋、紅蘿蔔、海帶絲、芹菜、高麗菜、大骨)	柳丁	珍珠豆花 (珍珠、豆花)				
07/14	一	雞蛋饅頭 黑糖豆漿	糙米米飯、魯肉肉燥、芹菜炒豆干、肉末蒸蛋、豆薯蛋花湯 (糙米、白米、絞肉、芹菜、豆乾、蛋、豆薯、蔥)	奇異果	什錦意麵 (高麗菜、肉絲、意麵、紅蘿蔔、蔥)	✓	✓	✓	✓
07/15	二	低糖豆漿 厚片藍莓吐司 (藍莓醬、厚吐司)	古早味大滷麵 (肉絲、紅蘿蔔、大白菜、木耳、筍絲、蛋、手工麵、大骨)	芭樂	蔬菜煎餅 冬瓜茶 (紅蘿蔔、高麗菜、麵粉、冬瓜磚)	✓	✓	✓	✓

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)	餐點類別檢核			
						全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
07/16	三	高纖豆漿 起司蛋餅 (蛋、蛋餅皮、起司)	蕎麥米飯、蔥燒雞絲、蕃茄豆腐、菜脯炒蛋、紫菜蛋花湯 (蕎麥、白米、雞胸肉、蔥、蕃茄、豆腐、菜脯、蛋、紫菜)	橘子	銀芽雞絲麵 (豆芽菜、蔥、紅蘿蔔、雞絲麵)	✓	✓	✓	✓
07/17	四	法國吐司 鮮豆漿 (蛋、白吐司)	五穀米飯、醬爆肉絲、蝦米燴黃瓜、蒜爆地瓜葉、味噌湯 (五穀、白米、豬肉、蝦米、小黃瓜、紅蘿蔔、地瓜葉、豆腐、蒜、蔥、味噌)	木瓜	枸杞蛋香麵線 (蛋、絞肉、枸杞、麵線、麻油)	✓	✓	✓	✓
07/18	五	地瓜粥 脆瓜、炒蛋	夏威夷炒飯、蔬菜湯 (鳳梨、肉絲、三色蔬菜、高麗菜、白蘿蔔、玉米、排骨)	西瓜	仙草圓仔湯 (仙草、圓仔、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/21	一	芝麻饅頭 黑糖豆漿	麥片米飯、軟溜雞丁、蒜香四季豆、蒜香油豆腐、當歸麵輪湯 (麥片、白米、雞丁、紅蘿蔔、玉米、蔥、四季豆、蒜、當歸、麵輪)	香蕉	蔬菜湯餃 (紅蘿蔔、地瓜葉、水餃、)	✓	✓	✓	✓
07/22	二	低糖豆漿 鮮果三明治 (新鮮水果、白吐司)	彩蔬什錦麵、金針花蛋花湯 (紅蘿蔔、高麗菜、魚板、玉米、瘦肉、蒜、金針花、蛋、蔥、排骨)	楊桃	桂圓糯米粥 (桂圓、糯米、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/23	三	黑糖饅頭 高纖豆漿	小米米飯、梅干扣肉、玉米炒蛋、紅蘿蔔炒蛋、芹香魚丸湯 (小米、白米、梅干、豬肉、玉米、蛋、蒜、紅蘿蔔、芹菜、魚丸、蔥)	蓮霧	蔬菜什錦麵 (高麗菜、紅蘿蔔、豆芽菜、肉絲)	✓	✓	✓	✓
07/24	四	蛋香吐司 鮮豆漿 (蛋、白吐司)	薏仁米飯、香煎香腸、芹菜三絲、蒜爆荷蘭豆、南瓜排骨湯 (小米、白米、香腸、芹菜、紅蘿蔔、豆芽菜、蒜、荷蘭豆、香菇、南瓜、排骨)	蘋果	玉米濃湯 (玉米、奶油、蛋、青豆、紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
07/25	五	蛋香玉米粥 (蛋、玉米、蔥、大骨)	什錦芋頭飯、玉米濃湯 (芋頭、肉絲、香菇、蝦米、玉米、火腿、奶油、蔥)	火龍果	珍珠粉圓湯 (粉圓、紅糖)	✓	✓	✓	✓
07/28	一	黑糖豆漿 起司蛋餅 (蛋、蛋餅皮、起司、蔥)	芝麻米飯、宮保雞丁、蕃茄炒蛋、開陽白菜、冬瓜蛤蠣湯 (芝麻、白米、雞丁、紅蘿蔔、大白菜、蝦、三色蔬菜、蔥冬瓜、蛤蠣)	柳丁	鍋燒意麵 (絞肉、意麵、高麗菜、紅蘿蔔、蔥)	✓	✓	✓	✓
07/29	二	草莓蛋吐司 低糖豆漿 (草莓醬、蛋、白吐司)	家常拌拌麵、黃瓜貢丸湯 (甜麵醬、豆乾、黃瓜絲、紅蘿蔔、玉米粒、大黃瓜、貢丸、蔥)	奇異果	蔬菜餅乾 決明子茶	✓	✓	✓	✓
07/30	三	鮮豆漿 芝麻饅頭	糙米米飯、筍乾控肉、紅燒豆腐、芹菜炒豆乾、海結玉米湯 (薏仁、白米、筍乾、豬肉、豆腐、三色蔬菜、豆乾、芹菜、海帶、玉米、蔥)	芭樂	銀芽麵線 (豆芽菜、雞絲麵、蔥、紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
07/31	四	全麥花生三明治 低糖豆漿 (花生醬、白吐司)	蕎麥米飯、瓜仔肉、芹香麵輪、蒜香西蘭花、黃帝豆排骨湯 (蕎麥、白米、豬肉、瓜仔、芹菜、麵輪、西蘭花、黃帝豆、排骨)	橘子	玉米馬鈴薯濃湯 (玉米、馬鈴薯、蛋)	✓	✓	✓	✓

* 蔬菜、水果有時會依當季季節微調。

* 本園使用國產豬肉