



臺南市私立貝思樂人文藝術幼兒園 112 學年度第二學期 7 月份餐點表

製表人:劉怡秀

日期	上午點心	美味營養午餐	水果	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
7/1(一)	翡翠玉米滑蛋湯	茄汁蔬食湯麵(豆包,高麗菜,豆芽菜,紅蘿蔔絲,秀珍菇,蛋花)		絲瓜玉米粥	✓	✓	✓	✓
7/2(二)	奶皇包	營養糙米飯+瓜仔雞肉+滷丸+炒莧菜+佛手瓜大骨湯		檸檬愛玉小紫蘇	✓	✓	✓	✓
7/3(三)	筍乾肉包	營養五穀飯+梅干扣肉(梅乾菜,豬肉)+滷豆輪+香炒空心菜+海帶味噌豆腐湯		白菜蛋花雞絲麵	✓	✓	✓	✓
7/4(四)	黑糖饅頭	香Q白米飯+雞肉親子丼(雞肉,洋蔥,蛋)+炒大陸妹+大骨菜頭湯		克林姆麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
7/5(五)	玉米脆片+牛奶	營養糙米飯+馬鈴薯燉肉(馬鈴薯,豬肉,紅蘿蔔)+蒜炒青江菜+翡翠魷仔魚蛋花湯		春雨味噌湯 (冬粉,油豆腐,白菜)	✓	✓	✓	✓
7/8(一)	絲瓜麵線	營養糙米飯+三杯雙菇豆腐+蒜炒高麗菜+玉米豆薯蛋花湯		黑糖綠豆地瓜湯	✓	✓	✓	✓
7/9(二)	鮮肉包	鮪魚蛋炒飯(鮪魚,雞蛋,紅蘿蔔,玉米,高麗菜)+炒山東大白菜+金針大骨湯		柴魚關東煮 (紅白蘿蔔,玉米,蛤蜊,魚板,豆腐)	✓	✓	✓	✓
7/10(三)	清粥小菜 (肉鬆+玉米炒蛋)	古早味炒米粉(高麗菜,紅蘿蔔,洋蔥,肉絲,香菇)+滷豆干+鳳梨雞湯		青江菜鮮肉餛飩湯	✓	✓	✓	✓
7/11(四)	牛奶饅頭	營養五穀飯+甜芥藍炒豬肉+玉米炒蛋+味噌柴魚豆腐湯		葡萄乾吐司+牛奶	✓	✓	✓	✓
7/12(五)	蘇打餅乾+牛奶	香Q白米飯+雞肉炒食蔬(雞肉,香菇,洋蔥,紅蘿蔔)+蒜炒地瓜葉+薑絲魚片湯		小白菜麵線糊	✓	✓	✓	✓
7/15(一)	港式燒賣	香Q白米飯+瓜仔素肉燥+金針菇炒蛋+炒龍鬚菜+番茄豆腐蔬菜湯		紅豆紫米湯	✓	✓	✓	✓
7/16(二)	紅豆包	榨菜肉絲湯麵(榨菜,肉絲,豆芽菜,小白菜)+滷杏鮑菇、海帶		翡翠魚肉粥	✓	✓	✓	✓
7/17(三)	孔雀餅乾+牛奶	醬燒肉絲蛋炒飯(肉絲,高麗菜,洋蔥,蛋)+蒜炒地瓜葉+味噌小魚乾豆腐湯		韭菜米粉湯	✓	✓	✓	✓
7/18(四)	銀絲卷	營養五穀飯+筍乾爌肉+滷豆輪+炒空心菜+瓠瓜大骨湯		牛奶土司+牛奶	✓	✓	✓	✓
7/19(五)	青江菜滑蛋肉絲湯	雞肉日月粥(高麗菜,玉米,雞肉,皮蛋,鹹蛋,雞蛋)+豆干炒毛豆		烤地瓜+麥茶	✓	✓	✓	✓
7/22(一)	燕麥片+牛奶	古早味地瓜炊飯+冬瓜滷素燥+蒜炒小黃瓜+海帶芽蛋花湯		黑糖仙草飲	✓	✓	✓	✓
7/23(二)	珍珠丸子	營養糙米飯+紅燒豬肉(紅白蘿蔔,豬肉)+炒高麗菜+黃金蚬湯		浮水魚羹 (山東大白菜,魚羹)	✓	✓	✓	✓
7/24(三)	芝麻包	高麗菜水餃+玉米濃湯(玉米,馬鈴薯,紅蘿蔔,雞蛋,洋蔥,牛奶)		手工雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓
7/25(四)	高麗菜滑蛋豆腐湯	關廟魯麵(山東大白菜,紅白蘿蔔,肉絲,香菇,雞蛋,木耳)+滷蛋		奶酥麵包+牛奶	✓	✓	✓	✓
7/26(五)	五穀饅頭	香菇筍絲豬肉飯湯+清炒花椰菜		芋頭西米露	✓	✓	✓	✓
7/29(一)、7/30(二) 暑休								
7/31(三)	全麥饅頭	營養五穀飯+三杯雞肉+香滷豆干+清炒青江菜+薑絲魚片湯		豆芽菜鮮肉蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓

※本園一律使用國產豬肉；餐點內容如遇特殊狀況，將會做適當調整，且不另做公告，不便之處敬請見諒！
 ※每日均提供當季水果。

園長：

