

**臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 113 學年度第二學期
6 月份餐點表**

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W18	2	香蕉+優酪乳	白米飯、香酥魷魚排、毛豆乾丁、胡麻青花菜 紫菜蛋花湯、小番茄	羅宋麵包+ 低糖豆漿
3	二	鳳梨片+鮮奶	糙米飯、黃瓜雞丁、肉絲海帶根、有機小松菜 黃瓜排骨湯、葡萄	旗魚片瘦肉粥
4	三	芒果片+優酪乳	竹筍鹹粥、醬燒豬肋排、三杯米血杏鮑菇、履歷豆漿 花生麵包	水煮蛋+ 低糖豆漿
5	四	火龍果片+優酪乳	糙米飯、沙茶洋蔥豬肉、絲瓜炒蛋、炒空心菜、蒲瓜 肉絲湯	蛋餅+米漿
6	五	蘋果片+鮮奶	白米飯、冬瓜控肉、關東煮、有機高麗菜、綠豆薏仁湯	起司披薩+ 芝麻豆漿
W19	9	鳳梨片+優酪乳	白米飯、清蒸檸檬魚丁、甜豆炒三鮮、海芽炒豆芽 南瓜蔬菜湯、火龍果	玉米雞茸蛋花粥
10	二	葡萄+鮮奶	糙米飯、咖哩雞丁、柴魚豆腐燒、有機青江菜 牛蒡排骨湯、荔枝	鮮奶饅頭+低糖 豆漿
11	三	奇異果片+ 優酪乳	韓式拌飯、韓式泡菜炒黃豆芽、節瓜炒菇、 韓式大醬湯、優酪乳	高麗菜餛飩湯麵
12	四	西瓜片+鮮奶	糙米飯、蔥燒鴨肉、小黃瓜玉米炒蛋、枸杞絲瓜 蒜頭雞湯	白菜魷魚羹湯
13	五	百香果+低糖豆 漿	白米飯、瓜仔香菇肉燥、蒲瓜炒肉絲、有機白菜 竹筍排骨湯	乳酪捲+鮮奶
W20	16	蘋果片+鮮奶	白米飯、香酥烏魚、菜脯蛋、紅仁大黃瓜、 海帶冬瓜湯、香蕉	鮮肉蔥餅+ 芝麻豆漿
17	二	芭樂片+低糖豆 漿	糙米飯、義式燉肉、咖哩花椰菜、有機油菜 榨菜粉絲湯、芭樂	白菜水餃湯
18	三	香蕉+優酪乳	香腸茄汁肉醬麵配料、高麗菜炒豬肉、奶香南瓜蝦仁湯 肉酥麵包、堅果包	奶油銅鑼燒+ 鮮奶
19	四	奇異果片+ 低糖豆漿	糙米飯、豆瓣雞丁、菜豆炒肉絲、薑燒冬瓜 酸菜鴨肉湯	豬肉絲蛋花麵線
20	五	木瓜片+ 優酪乳	白米飯、味噌肉片、麻婆豆腐、有機高麗菜、 蘿蔔肉絲湯	青江菜蘿蔔糕湯
W21	23	荔枝+鮮奶	白米飯、蒲燒鯛魚、豆瓣鮮筍寬粉、鹽味毛豆莢 酸辣湯、香蕉	鮮奶酪+ 玉米脆片
24	二	芒果片+鮮奶	糙米飯、梅子雞、番茄豆腐炒蛋、有機青江菜、絲瓜蛋 花湯、芭樂	香蔥麵包+ 優酪乳
25	三	蘋果片+ 優酪乳	蔥油拌麵、豆瓣排骨肉、培根馬鈴薯濃湯、全脂鮮乳	高麗菜旗魚湯麵
26	四	木瓜片+鮮奶	糙米飯、酥炸豬排、豆芽炒肉絲、芝麻海帶根、鳳梨苦 瓜雞湯	鯛魚瘦肉粥
27	五	香蕉+優酪乳	白米飯、豉汁排骨、丁香花生豆干、有機白菜、 海帶芽味噌湯	茶葉蛋+無糖豆 漿
W22	30	百香果+優酪乳	冰烤地瓜、西西里番茄雞翅、大亨堡熱狗、小黃瓜炒玉 米、紅豆牛奶湯、芒果	綠豆湯

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物

幼兒園教師：

教師兼周建男
附設幼兒園主任

單位主管：

教師兼周建男
附設幼兒園主任

校

校長黃文信