



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 111 學年度第 2 學期 6 月份餐點表



| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午餐 | 水果 | 下午點心 | 全穀根莖 | 魚肉蛋豆 | 蔬菜類 | 水果類 |
|-----------------|---|----------------|---|-----|--------------|------|------|-----|-----|
| 6/1 | 四 | 蔬菜蛋餅 低糖麥茶 | 肉鬆海苔飯、味噌炒豬柳、三色豆腐、炒有機鄒葉白菜、白菜排骨湯 | 香蕉 | 葡萄乾吐司 豆漿 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/2 | 五 | 枸杞麵線 | 胚芽米飯、照燒豬肋排、黃瓜燴獅子頭、蒜香高麗菜、紫菜蛋花湯 | 荔枝 | 茶葉蛋 低糖麥茶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/5 | 一 | 叻仔魚粥 | 白米飯、咖哩雞、秀珍炒筍白筍、燴雙花、玉米蛋花湯 | 香蕉 | 玉米脆片 鮮奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/6 | 二 | 香菇肉羹麵 | 紅藜米飯、糖醋鱸魚、小黃瓜炒蛋、豆皮炒有機青松菜、金針味噌豆腐湯 | 荔枝 | 粉圓豆花 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/7 | 三 | 玉米瘦肉粥 | 炒意麵(魷魚圈、意麵、洋蔥、香菇)燒烤雞翅、白蘿蔔黑輪湯、保久乳 | 葡萄 | 磨菇濃湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/8 | 四 | 浮水魚羹麵 | 五穀米飯、滷雞腿、腰果蝦仁、炒高麗菜、冬瓜排骨湯 | 奇異果 | 米苔目 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/9 | 五 | 小米蛋花粥 | 白米飯、蒜泥白肉、柴魚豆腐、薑炒有機尼龍白菜、山藥枸杞雞湯 | 荔枝 | 菇菇雞湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/12 | 一 | 虱目魚魚柳粥 | 白米飯、蜜汁肋排、蒜香小黃瓜雞絲、蒜炒有機小松菜、蒲瓜貢丸湯 | 奇異果 | 玉米脆片 鮮奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/13 | 二 | 鍋燒烏龍麵 | 糙米飯、沙茶石斑海鮮煲、玉米蒸蛋、絲瓜枸杞、竹筍香菇魚羹湯 | 葡萄 | 玉米蘿蔔排骨湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/14 | 三 | 蘿蔔糕 低糖麥茶 | 義大利肉醬麵、香酥雞腿、梅粉薯條、玉米濃湯、保久乳 | 奇異果 | 餛飩湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/15 | 四 | 當歸麵線 | 白米飯、香菇筍燒雞、洋蔥炒蛋、蒜香有機空心菜、味噌虱目魚湯 | 香蕉 | 三色豆花 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/16 | 五 | 魚皮粥 | 五穀飯、黑胡椒肉片、三杯杏鮑菇米血、薑炒有機荷葉白菜、白菜鴨肉湯 | 葡萄 | 鴨肉冬粉 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/17 | 六 | 義大利肉醬麵 | 白米飯、雞肉栗子炊飯、絲瓜蛋粉絲煲、香菇炒筍絲、榨菜餛飩湯 | 荔枝 | 紫米紅豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/19 | 一 | 清粥小菜 麵筋、煎蛋 | 白米飯、義式風味雞、豆乾三絲、炒有機青松菜、冬瓜虱目魚丸湯 | 香蕉 | 玉米脆片 鮮奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/20 | 二 | 蔬菜拉麵 | 魚鬆飯、香酥虱目魚肚、三杯菇油豆腐、腐乳空心菜、海帶芽蛋花湯 | 奇異果 | 三明治 豆漿 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/21 | 三 | 翡翠雞茸玉米粥 | 香腸炒飯、醬燒關東煮、燒賣、瓜仔雞湯、保久乳 | 荔枝 | 燒肉粽 青菜豆腐湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/22~6/25 端午節連假 | | | | | | | | | |
| 6/26 | 一 | 珍珠丸子 紫菜蛋花湯 | 白米飯、滷雞腿、玉米肉末、薑炒有機尼龍白菜、高麗菜南瓜湯 | 奇異果 | 玉米脆片 鮮奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/27 | 二 | 番茄雞蛋麵 | 白米飯、蒲燒鯛魚、紅蘿蔔炒蛋、蒜炒高麗菜、白蘿蔔玉米湯 | 蘋果 | 饅頭夾蛋 豆漿 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/28 | 三 | 水果布丁蛋糕 低糖麥茶 | 番茄紅燒湯麵(牛排麵、番茄、胡蘿蔔、白蘿蔔、洋蔥)紅燒腩肉、清燙小白菜、保久乳 | 奇異果 | 玉米濃湯 吐司 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/29 | 四 | 地瓜粥 歐姆蛋 | 白米飯、香酥雞、咖哩百頁、蒜炒味美菜、竹筍豬骨湯 | 荔枝 | 菇菇雞湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 6/30 | 五 | 杯子蛋糕 豆漿 | 白米飯、肉絲堅果蛋炒飯、燒烤雞翅、白菜排骨湯、餐盒 | 蘋果 | 休業式 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 用餐 天數: 21 天 | 備註: ☆6/28(三)6月慶生會 ☆餐點若遇偶發事件需變更,則以相同屬性食品替代! ☆如幼兒對甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、芝麻、堅果類、含麩質穀物、魚類、亞硫酸鹽類及其製品有過敏情形,請事先告知老師,避免食用而引發不適! ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果,並隨產季機動調整! ☆本園一律採用國內在地豬肉、牛肉之生鮮食材! | | | | | | | | |



製表:

營養師:

園主任:

校長:

教保員蔡美鳳

營養師陳芳蘭

教師兼附設
幼兒園主任 陳月霜

臺南市佳里區
仁愛國民小學校長 楊宗穎