

台南市學甲國小附設幼兒園 113 年度暑假 7 月份餐點表

日期	早點	午餐	午點
7/1(一)	總匯三明治(豬肉+雞蛋+吐司)+無糖豆漿	米飯+肉燥(豬肉+油蔥酥+醬油)+燜南瓜+炒高麗菜+魚丸白菜湯	水餃(豬肉+麵粉+蔥)+菊花蜜茶+火龍果
7/2(二)	小肉包(豬肉+麵粉)+無糖麥茶	米飯+洋蔥炒豬肉絲+韭菜豆芽+炒青江菜+紫菜湯	戚風蛋糕(奶油+雞蛋+麵粉)+蘋果
7/3(三)	鍋燒意麵(豬肉+雞蛋+白菜+宏蘿蔔+意麵)	米飯+糖醋肉片青椒(番茄醬+豬肉+青椒)+炒小白菜+絞肉炒玉米(豬肉+玉米)+金針湯	黑糖沖繩捲(黑糖+麵粉)+西瓜
7/4(四)	皮蛋瘦肉粥(皮蛋+豬肉+白米+白菜+高麗菜)	香菇白菜粥(香菇+白菜+豬肉+白米)+芹菜炒黑輪+炒空心菜+西瓜	乳酪絲麵包+鳳梨
7/5(五)	香酥雞湯麵(雞肉+高麗菜+油麵+雞蛋)	米飯+滷肉排(豬肉+油豆腐)+雞蛋洋蔥+炒高麗菜+豆薯絲湯	草莓葡萄乾饅頭(草莓醬+葡萄乾+麵粉)+木瓜
7/8(一)	叻仔魚粥(叻仔魚+蔥+白米+玉米+雞蛋)	米飯+炒里肌肉片(豬肉+洋蔥)+蒜香地瓜葉+蔥花蛋+海帶芽湯	草莓鬆餅(草莓醬+麵粉+雞蛋)+火龍果
7/9(二)	小漢堡加蛋+無糖豆漿	米飯+三杯雞丁(雞肉+薑+醬油+糖)+玉米煎蛋+炒高麗菜+味噌湯(味噌+豆腐+海帶芽)	小黑糖饅頭+蘋果
7/10(三)	蔬菜肉絲麵線(豬肉+高麗菜+麵線+紅蘿蔔絲)	米飯+炸豬排+醬燒冬瓜(醬油+薑+冬瓜)+蒜香白菜+大黃瓜湯	牛奶麵包+西瓜
7/11(四)	洋蔥蘑菇麵(蘑菇醬+玉米+油麵)	蔬菜肉絲麵線(高麗菜+豬肉+紅蘿蔔+麵線)+魯味(鳥蛋+豆包)+炒青江菜+玉米濃湯(玉米+豬肉+玉米濃湯粉)	羅宋麵包(麵粉+奶油+雞蛋)+鳳梨
7/12(五)	排骨酥湯麵(豬肉+冬瓜+麵條+白菜)	米飯+咖哩豬肉+紅蘿蔔炒蛋+炒油菜+魚丸芹菜湯	蜂蜜蛋糕+木瓜
7/15(一)	土魷魚羹麵(土魷魚+竹筍+雞蛋+油麵+高麗菜)	叻仔魚粥(叻仔魚+豬肉+玉米+白米)+滷豆腐+醬燒菜頭(醬油+蘿蔔)+鳳梨	奶酥餐包(奶酥+麵粉)+火龍果
7/16(二)	碗粿(豬肉+糯米漿+香菇)+無糖麥茶	米飯+炸腿排(雞腿+醬油+洋蔥)+炒豆薯(蔥+豆薯)+炒綠花椰菜+綠豆湯	克林姆麵包(奶油+雞蛋+麵粉)+蘋果
7/17(三)	玉米蛋刈包+豆漿	米飯+洋蔥肉片(親子丼)(洋蔥+豬肉+味霖+雞蛋)+炒筍絲(醬油+筍茸)+炒高麗菜+酸辣湯(木耳+豆腐+紅蘿蔔+雞蛋)	起司饅頭+西瓜
7/18(四)	白醬義大利麵(白醬+蘿蔔+油麵+)	土魷魚麵(土魷魚+筍絲+雞蛋+麵條)+菜脯炒蛋+炒小黃瓜(蒜頭+小黃瓜)+蘋果	大理石麵包(奶油+麵粉+雞蛋)+鳳梨

	雞肉)		
7/19(五)	南瓜肉燥粥(南瓜+豬肉+白米+高麗菜)	米飯+蒲燒魚+洋蔥炒蛋+炒空心菜+刺瓜湯	奶皇包(奶油+麵粉+雞蛋)+木瓜
7/22(一)	什錦湯麵(豬肉+雞蛋+白菜+紅蘿蔔+油麵)	咖哩雞燴飯(咖哩醬+雞肉+白米)+炒油菜+炒三絲(木耳+豆干絲+紅蘿蔔)+香菇雞肉湯	小芋包+火龍果
7/23(二)	酸辣湯餃(麵粉+豬肉+木耳+蘿蔔+雞蛋+豆腐)	夏威夷披薩(玉米+鳳梨+麵粉+乳酪絲)+茶葉蛋+麥茶	小銀捲(麵粉+雞蛋)+蘋果
7/24(三)	蛋餅(雞蛋+麵粉)+豆漿	米飯+蒜燒蔥雞丁+炒豆干(醬油+豆干)+蒜香高麗菜+筍片湯	戚風蛋糕(雞蛋+麵粉)+西瓜
7/25(四)	咖哩滑蛋炒麵(咖哩醬+雞蛋+油麵+馬鈴薯+紅蘿蔔)	水餃(麵粉+豬肉)+炒洋蔥蛋+炒菠菜+玉米濃湯(玉米+紅蘿蔔+三色豆+玉米濃湯粉)	小北歐麵包(麵粉+奶油)+鳳梨
7/26(五)	鹹蛋蔬菜粥(鹹蛋+白菜+高麗菜+白米+豬肉+紅蘿蔔)	鍋燒意麵(白菜+雞蛋+紅蘿蔔+意麵+白菜)+香蕉	芝麻包+木瓜
7/29(一)	奶酥小堡(奶酥+麵粉)+豆漿	米飯+蒜燒蔥雞丁+炒油菜+蒜香高麗菜(紅蘿蔔+高麗菜)+蛋花湯	小菠蘿(奶油+雞蛋+麵粉)+火龍果
7/30(二)	鍋燒雞絲麵(豬肉+白菜+雞絲麵+雞蛋+紅蘿蔔+木耳)	米飯+蒸樹子仔台灣鯛魚(樹子+鯛魚)+蒜拌地瓜葉+炒紅蘿蔔蛋+魚丸湯	帕瑪森麵包(乳酪絲+麵粉)+蘋果
7/31(三)	吐司夾蛋	什錦湯麵(豬肉+雞蛋+油麵+白菜)+滷豆腐+蒜香莧菜+鳳梨	大理石麵包(奶油+麵粉)+西瓜

一、本校營養午餐有供應甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質穀物、大豆、魚類等及其製品。

二、本園一律使用國產豬、牛食材。

承辦人：

教保員柯甄閔

園主任：

教師兼附設  
幼兒園主任 李文婷

校長：

學甲國小  
校長 陳敏男