

# 臺北市景新非營利幼兒園餐點表

114 年 7 月

| 日期        | 時間   | 6/30 星期一                                         | 7/1 星期二                                           | 7/2 星期三                                     | 7/3 星期四                                            | 7/4 星期五                          | * * * *<br>經營營養學家指導，本園特別精心安排於每天上午點心為綜合水果，藉此均<br>衡孩子的營養與不偏食的好習慣。<br>為了培養寶貝良好的生活習慣及作息，請讓孩子每天早睡早起，並在家用<br>完早餐再來上學，如此更可增進親子間良好的互動關係唷<br>本園中午米飯皆以糙米+多種穀物方式提供滿滿的營養喔！<br>本園餐點採用紐西蘭進口奶粉，並使用合格廠商之麵包及各項麵食，以<br>孩子的健康為主張，各項餐點皆有嚴格過濾把關，敬請各位家長安心。 |
|-----------|------|--------------------------------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------------------------|----------------------------------------------------|----------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6/30~7/4  | 上午點心 | 綜合水果                                             | 綜合水果                                              | 綜合水果                                        | 綜合水果                                               | 綜合水果                             |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 午餐   | 馬鈴薯燒肉<br>小魚乾炒高麗菜<br>時鮮蔬菜<br>番茄豆腐湯                | 台式炒油麵<br>（油麵、乾香菇、<br>紅蘿蔔、高麗菜、<br>豬肉絲、洋蔥）<br>山藥排骨湯 | 清蒸魚片<br>肉末豆腐<br>時鮮蔬菜<br>五行蔬菜湯               | 蔥爆里肌<br>香芹甜不辣<br>時鮮蔬菜<br>玉米排骨湯                     | 麵輪紅燒雞肉<br>蔥花蛋<br>時鮮蔬菜<br>番茄豆芽排骨湯 |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 下午點心 | 銀耳蓮子湯                                            | 竹筍肉絲粥                                             | 綠豆仁西米露                                      | 客家板條                                               | 蘇打餅乾+牛奶                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7/7~7/11  | 上午點心 | 7/7 綜合水果                                         | 7/8 綜合水果                                          | 7/9 綜合水果                                    | 7/10 綜合水果                                          | 7/11 綜合水果                        |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 午餐   | 咖哩雞肉飯<br>（雞肉、紅蘿蔔、馬<br>鈴薯、洋蔥、香<br>菇、豌豆仁）<br>蕃茄蔬菜湯 | 雙色蘿蔔魯肉<br>日式蒸蛋<br>時鮮蔬菜<br>柴魚豆腐味噌湯                 | 京醬肉絲<br>炒三絲<br>時鮮蔬菜<br>蓮藕排骨湯                | 洋蔥炒嫩雞<br>螞蟻上樹<br>時鮮蔬菜<br>竹筍排骨湯                     | 小魚炒豆干<br>彩椒炒肉絲<br>時鮮蔬菜<br>綜合菇菇湯  |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 下午點心 | 雞絲麵                                              | 檸檬愛玉                                              | 玉米雞茸粥                                       | 葡萄吐司+牛奶                                            | 慶生會（紅蛋+養生茶）                      |                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7/14~7/18 | 上午點心 | 7/14 綜合水果                                        | 7/15 綜合水果                                         | 7/16 綜合水果                                   | 7/17 綜合水果                                          | 7/18 綜合水果                        |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 午餐   | 日式燒肉片<br>三杯杏鮑菇<br>時鮮蔬菜<br>冬瓜排骨湯肉                 | 蔥燒鮮魚片<br>肉末四季豆<br>時鮮蔬菜<br>海帶芽排骨湯                  | 義大利肉醬麵<br>（絞肉、蘑菇、洋<br>蔥、紅蘿蔔、綠花<br>椰）<br>羅宋湯 | 竹筍炒肉絲<br>番茄炒蛋<br>時鮮蔬菜<br>莧菜小魚湯                     | 栗子燒雞<br>麻婆豆腐<br>時鮮蔬菜<br>牛蒡雞湯     |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 下午點心 | 奶皇包+豆漿                                           | 滑蛋瘦肉粥                                             | 銀耳蓮子湯                                       | 肉羹麵線                                               | 全麥餅乾+牛奶                          |                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7/21~7/24 | 上午點心 | 7/21 綜合水果                                        | 7/22 綜合水果                                         | 7/23 綜合水果                                   | 7/24 綜合水果                                          | 環境消毒<br>日暨學期<br>準備日<br>7/25-7/31 |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 午餐   | 豆干炒雞絲<br>銀魚蒸蛋<br>時鮮蔬菜<br>蘿蔔排骨湯                   | 紅燒肉<br>蒜香茄子<br>時鮮蔬菜<br>羅宋湯                        | 清蒸鱸魚<br>大黃瓜炒魚板<br>時鮮蔬菜<br>鳳梨苦瓜雞湯            | 玉米雞肉炒飯<br>（雞肉、玉米、蔬<br>菜、紅蘿蔔、豌豆<br>、洋蔥、香菇）<br>薑絲蛤蠣湯 |                                  |                                                                                                                                                                                                                                      |
|           | 下午點心 | 仙草米苔目                                            | 番茄瘦肉冬粉湯                                           | 玉米脆片+牛奶                                     | 瓠瓜肉絲粥                                              |                                  |                                                                                                                                                                                                                                      |

\*本園使用國產豬肉本土全蛋無使用進口蛋液