

日期	星期	早點	午 餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		1 全穀 根莖類	2 豆蛋魚 肉奶類	3 蔬菜類	4 水果類
7/1	三	雞蛋吐司1 牛奶2	紫米飯1	冬瓜燉肉2.3	蔥爆干絲2	時令蔬菜3	木耳肉絲湯2.3	時令水果4	紅麵線羹1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/2	四	金針芙蓉冬粉1.2.3	雞肉鮮蔬燴飯1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	仙草蜜1	✓	✓	✓	✓
7/3	五	蔬菜粥1.2.3	糙米飯1	油豆腐燉肉2.3	玉米Q腸2.3	時令蔬菜3	黃瓜魚丸湯2.3	時令水果4	麵包1 菊花茶1	✓	✓	✓	✓
7/4	六	週休											
7/5	日												
7/6	一	紅麵線羹1	白米飯1	五香肉絲2.3	蘿蔔麵圈2.3	時令蔬菜3	紫菜蛋花湯1.2.3	時令水果4	什錦米粉湯1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/7	二	清粥1 肉鬆2	蘑菇空心麵1.2.3			時令蔬菜3	玉米濃湯2.3	時令水果4	小肉包1.2 洛神花茶1	✓	✓	✓	✓
7/8	三	火腿吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	竹筍燒肉2.3	涼拌豆干2	時令蔬菜3	味噌湯2.3	時令水果4	米苔目湯1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/9	四	蔥油米粉1.2.3	香菇肉羹飯1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	紅豆芋圓1	✓	✓	✓	✓
7/10	五	廣東粥1.2.3	糙米飯1	小菇煨雞肉2.3	螞蟻上樹1.2.3	時令蔬菜3	珍菇白菜湯2.3	時令水果4	麵包1 決明子茶1	✓	✓	✓	✓
7/11	六	週休											
7/12	日												
7/13	一	蔬菜麵線1.2.3	白米飯1	古早味肉燥2	乾燒海帶結3	時令蔬菜3	香菇雞湯2.3	時令水果4	米粉羹1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/14	二	翡翠銀魚粥1.2.3	沙茶肉絲湯麵1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	銀絲捲1 紅棗茶1	✓	✓	✓	✓
7/15	三	奶酥吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	洋蔥肉絲2.3	芹菜豆包2.3	時令蔬菜3	貢丸湯2.3	時令水果4	擔仔麵1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/16	四	蘿蔔鹹粥1.2.3	咖哩雞肉燴飯1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	冬瓜粉圓1	✓	✓	✓	✓
7/17	五	雞絲麵1.2.3	糙米飯1	蕃茄燉肉2.3	花生麵筋2.3	時令蔬菜3	豬血湯2.3	時令水果4	麵包1 枸杞茶1	✓	✓	✓	✓
7/18	六	週休											
7/19	日												
7/20	一	什錦冬粉湯1.2.3	白米飯1	香蔥蒸肉2.3	白菜滷1.2.3	時令蔬菜3	蕃茄蛋花湯2.3	時令水果4	古早味米粉湯1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/21	二	芋頭粥1.2.3	白醬義大利麵1.2.3			時令蔬菜3	羅宋湯2.3	時令水果4	小菜包1.3 冬瓜茶1	✓	✓	✓	✓
7/22	三	玉米吐司1.2 牛奶2	紫米飯1	打拋豬2.3	黃瓜燴金針2.3	時令蔬菜3	海帶芽湯2.3	時令水果4	蔬菜意麵1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/23	四	南瓜麵線1.2	紅燒豬肉麵1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	紫米紅豆湯1	✓	✓	✓	✓
7/24	五	小米粥1	糙米飯1	什錦肉絲2.3	蕃茄炒蛋2.3	時令蔬菜3	大黃瓜湯2.3	時令水果4	麵包1 桂圓茶1	✓	✓	✓	✓
7/25	六	週休											
7/26	日												
7/27	一	冬菜冬粉湯1.2.3	白米飯1	酸菜絞肉2.3	炒三色2.3	時令蔬菜3	香菇貢丸湯2.3	時令水果4	陽春麵1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/28	二	鮪魚粥1.2.3	古早味滷湯麵1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	奶皇包1.2 麥茶1	✓	✓	✓	✓
7/29	三	紅豆吐司1 牛奶2	紫米飯1	冬瓜燉肉2.3	韭菜香干2.3	時令蔬菜3	蘿蔔排骨湯2.3	時令水果4	榨菜肉絲麵1.2.3	✓	✓	✓	✓
7/30	四	絲瓜麵線1.2.3	親子丼飯1.2.3			時令蔬菜3		時令水果4	綠豆QQ1	✓	✓	✓	✓
7/31	五	香菇雞肉粥1.2.3	糙米飯1	沙茶豬肉1.2	涼拌海帶絲3	時令蔬菜3	蕃茄菌菇湯2.3	時令水果4	麵包1 紅棗茶1	✓	✓	✓	✓

※本園食材來源一律使用國產豬肉。 ※ 以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而做微調。

※依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏，以利個別調整餐點。