

臺北市私立家田幼兒園

餐點明細表

2023年7月

午 餐					點 心	
日	主菜	副菜	青菜	湯品	主食	水果
1	Weekend					
2	Weekend					
3	健康蔬食～蔥爆豆干、洋蔥炒蛋、鮮燴瓠瓜、南瓜濃湯				小饅頭、鮮奶	葡萄
4	瓜仔肉	蕃茄炒蛋	炒高麗菜	竹筍排骨湯	雞蓉粥	香蕉
5	咖哩雞丁	杏鮑菇炒蛋	炒蚵白菜	大黃瓜湯	餐包、綠豆湯	芭樂
6	豆腐蒸魚	玉米粒炒蛋	蒜香萵苣	蓮藕排骨湯	芋頭米粉湯	鳳梨
7	健康蔬食～什錦炒麵、五香滷蛋、味噌紫菜湯				芝麻包、豆漿	蘋果
8	Weekend					
9	Weekend					
10	健康蔬食～洋蔥炒豆乾、香滑蒸蛋、玉米燴絲瓜、蓮子湯				饅頭、鮮奶	火龍果
11	瓜仔肉	杏鮑菇炒蛋	炒萵菜	竹筍排骨湯	榨菜雞絲湯麵	芭樂
12	健康蔬食～紅燒豆包、九層塔煎蛋、鮮燴瓠瓜、玉米蛋花湯				綠豆薏仁粥	香瓜
13	咖哩雞丁	茶碗蒸	涼拌小黃瓜	玉米湯	鮮蔬湯餃	香蕉
14	健康蔬食～什錦炒米粉、五香油豆腐、南瓜湯				黑糖饅頭、豆漿	水梨
15	Weekend					
16	Weekend					
17	健康蔬食～紅燒百頁豆腐、洋蔥炒蛋、絲瓜燴杏鮑菇、冬瓜湯				果醬吐司、仙草蜜	鳳梨
18	豆腐蒸魚	蕃茄炒蛋	燴瓠瓜	竹筍排骨湯	雞絲湯麵	芭樂
19	五香肉燥	魚板蒸蛋	黃金豆芽菜	蓮藕湯	白蘿蔔粥	蘋果
20	咖哩雞丁	高麗菜煎蛋	炒杏鮑菇	大黃瓜排骨湯	豆皮米粉湯	水梨
21	健康蔬食～什錦炒麵、蔥燒油豆腐、南瓜濃湯				小饅頭、鮮奶	香瓜
22	Weekend					
23	Weekend					
24	健康蔬食～滷香海帶、粉絲煲、鮮燴絲瓜、青菜蛋花湯				紅豆饅頭、愛玉	芭樂
25	玉米粒炒肉燥	茶碗蒸	炒蚵白菜	冬瓜排骨湯	蘿蔔糕湯	香瓜
26	玉米粒蒸魚	洋蔥炒蛋	燴南瓜	山藥紅棗湯	瘦肉粥	蘋果
27	咖哩雞丁	杏鮑菇炒蛋	燴瓠瓜	白蘿蔔排骨湯	綠豆薏仁粥	香蕉
28	健康蔬食～蕃茄義大利麵、五香魯蛋、玉米湯				奶皇包、豆漿	木瓜
29	Weekend					
30	Weekend					
31	健康蔬食～什錦燴鮮蔬、鮮燴百頁豆腐、竹筍湯				綜合小饅頭、鮮奶	芭樂

※本園一律使用國產豬、雞肉食材

※每日午餐皆有五穀飯、紫米飯、白飯