

臺北市私立家田幼兒園



餐點明細表



2025年7月

午 餐					點 心	
日	主 菜	副 菜	青 菜	湯 品	主 食	水 果
1	玉米粒蒸魚	番茄炒蛋	炒胡瓜	菜頭排骨湯	小饅頭、牛奶	香蕉
2	瓜子蒸肉	茶碗蒸	木耳涼拌長豆	蓮藕排骨湯	絲瓜雞肉粥	小玉西瓜
3	馬鈴薯燴雞丁	洋蔥炒蛋	杏鮑菇炒什蔬	大黃瓜雞肉湯	綠豆薏仁粥	芭樂
4	健康蔬食～什蔬炒飯、五香滷蛋、玉米湯				黑糖饅頭、檸檬愛玉	蘋果
5	~ Weekend ~					
6						
7	簡餐～玉米粒燴豆干、豆干蒜炒毛豆、蒸蛋、筍片雞肉湯				肉燥肉羹米粉湯	白色火龍果
8	南瓜燉雞丁	杏鮑菇炒蛋	蒜香豆芽菜	蓮藕排骨湯	芋泥包、豆漿	香瓜
9	豆腐蒸魚	螞蟻上樹	蒜香小黃瓜	黃豆芽排骨湯	肉羹湯麵	芭樂
10	五香瓜子肉	玉米粒炒蛋	蒜香高麗菜	馬鈴薯雞肉湯	虱目魚米粉湯	蘋果
11	健康蔬食～什錦炒米粉、五香滷豆腐、香菇白蘿蔔湯				手工饅頭、牛奶	香蕉
12	~ Weekend ~					
13						
14	簡餐～麻婆豆腐、茶碗蒸、什蔬炒南瓜、紫菜鮮雞湯				綠豆薏仁粥	芭樂
15	紅燒雞肉	蔥花煎蛋	絲瓜炒冬粉	竹筍排骨湯	肉包、豆漿	香瓜
16	瓜子肉	杏鮑菇炒蛋	蒜香高麗菜	冬瓜排骨湯	南瓜雞肉粥	香吉士
17	豆腐蒸魚	番茄炒蛋	炒豆芽菜	蓮藕鮮雞湯	肉羹米粉湯	蘋果
18	健康蔬食～什錦肉絲炒麵、五香滷蛋、味噌蘿蔔湯				果醬吐司、牛奶	白色火龍果
19	~ Weekend ~					
20						
21	簡餐～五香滷豆包、蒜香馬鈴薯、絲瓜炒蛋、大黃瓜排骨湯				蔬菜雞肉粥	小玉西瓜
22	玉米粒蒸魚	蒜香冬粉	什蔬燴胡瓜	竹筍雞肉湯	餐包、檸檬愛玉	香蕉
23	三色雞丁	茶碗蒸	蒜香高麗菜	蓮子湯	鮪魚米粉湯	芭樂
24	肉燥豆腐	番茄炒蛋	蒜香豆芽菜	魚丸白蘿蔔湯	蔬菜米粉湯	蘋果
25	健康蔬食～什錦炒米粉、五香滷豆腐、南瓜菇類湯				手工綜合饅頭、牛奶	香吉士
26	~ Weekend ~					
27						
28	簡餐～馬鈴薯燴豬肉、涼拌蒜香長豆、茶碗蒸、紫菜雞絲湯				鮪魚蔬菜粥	香蕉
29	豆腐蒸魚	洋蔥炒蛋	絲瓜炒百菇	菜頭排骨湯	小籠包、牛奶	芭樂
30	南瓜燉雞丁	茶碗蒸	蒜香豆芽菜	冬瓜雞肉湯	肉羹麵線	火龍果
31	白蘿蔔燉豬肉	蒜炒杏鮑菇	蒜香高麗菜	蘿蔔馬鈴薯排骨湯	鮪魚蔬菜粥	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