

臺中市立大肚幼兒園113年7月餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐 (每餐皆有新鮮水果)	下午點心
7/1	一	草莓吐司、鮮奶	糙米飯、三杯雞、蔥仔蛋、青菜、山藥排骨湯	肉羹湯
7/2	二	珍珠丸子、鮮奶	五穀飯、海鮮豆腐煲、小瓜炒肉片、青菜、肉骨茶湯	花生豆花
7/3	三	紫菜豆腐蛋花湯	水餃、滷什錦、酸辣湯	瓢瓜粥
7/4	四	全麥吐司、鮮奶	糙米飯、蔭鼓魚片豆腐、玉米燴蛋、青菜、蔬菜羅宋湯	麵疙瘩
7/5	五	小波蘿、薏仁米漿	白飯、梅干爌肉、白菜滷、青菜、鮮菇湯	鍋燒意麵
7/6	六			
7/7	日			
7/8	一	銀絲卷、豆漿	地瓜飯、蘿蔔滷皮絲、玉米炒毛豆、青菜、蛤蠣湯	廣東粥
7/9	二	鹹蛋糕、鮮奶	白飯、瓜仔肉、鮮菇玉米筍、青菜、四物湯	黑糖粉圓豆花湯
7/10	三	肉包、鮮奶	燕麥飯、洋蔥燉馬鈴薯、香酥柳葉魚、青菜、酸菜白肉湯	蛋糕、黑芝麻牛乳
7/11	四	餛飩湯	海鮮什錦粥、花生麵筋	五木拉麵
7/12	五	奶黃包、鮮奶	糙米飯、蠔油洋蔥悶肉絲、紅蘿蔔炒蛋、青菜、味噌豆腐湯	韭香大麵羹
7/13	六			
7/14	日			
7/15	一	玉米脆片、鮮奶	地瓜飯、三杯素肚、肉末炒三色豆、青菜、鮮菇湯	油豆腐米血糕湯
7/16	二	爆漿餐包、鮮奶	紫米飯、南瓜蒸軟排、蔥燒豆腐、青菜、蘿蔔貢丸湯	關東煮
7/17	三	鮮蔬吻仔魚豆腐羹	地瓜飯、炸肉排、玉米筍燴什錦、青菜、番茄蛋花湯	當歸冬粉湯
7/18	四	葡萄吐司、豆漿	中式炒麵、蘿蔔滷豆輪、四神湯	綠豆蒜湯
7/19	五	蔥麵包、鮮奶	燕麥飯、回鍋肉片、螞蟻上樹、青菜、馬鈴薯排骨湯	玉米香菇貢丸湯
7/20	六			
7/21	日			
7/22	一	雜糧饅頭、米漿	糙米飯、咖哩什錦、韭菜蛋、青菜、冬瓜湯	粉粿米苔目
7/23	二	玉米脆片、鮮奶	肉羹燴飯、魯什錦	陽春麵
7/24	三	水餃皮湯	五穀飯、蔥爆肉片、大瓜炒甜不辣、青菜、玉米貢丸湯	紅豆湯+鮮奶
7/25	四	玉兔包、鮮奶	燕麥飯、味噌醬燒豬、金沙豆腐、青菜、香菇雞湯	香芋鹹粥
7/26	五	燒賣、豆漿	白飯、糖醋魚、客家小炒、青菜、大骨甘杞牛蒡湯	麻油蛋麵線
7/27	六			
7/28	日			
7/29	一	葡萄吐司、鮮奶	糙米飯、蔥爆豬柳、九層塔蛋、青菜、酸菜白肉湯	南投意麵
7/30	二	肉絲冬粉湯	黑芝麻飯、塔香雞柳、麻婆豆腐、青菜、十全藥膳湯	綠豆麥仁湯
7/31	三	小籠包、豆漿	燕麥飯、蒜香吻魚、甜椒炒肉絲、青菜、海帶豆腐味噌湯	五木拉麵