

臺中市立大肚幼兒園 114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	週二	保久乳+小餐包(單包裝)	水餃、花椰菜、香菇貢丸湯	玉米海苔粥
7/2	週三	南瓜濃湯	紅藜飯、蔥油雞、南洋四色、青菜、番茄蛋花湯	慶生會蛋糕+麥茶
7/3	週四	鮮奶+雞蛋饅頭	五穀飯、古早味肉燥、紅蘿蔔炒蛋、青菜、竹筍排骨湯	蛋汁雞絲麵
7/4	週五	養生菌菇湯	肉絲高麗菜悶飯、魯什錦、涼拌小黃瓜、海帶味噌豆腐湯	沙其瑪+豆漿
7/5	週六			
7/6	週日			
7/7	週一	餛飩湯	糙米飯、炸肉排、涼拌金針菇、青菜、香菇雞湯	紅豆紫米湯
7/8	週二	鮮奶+玉米脆片	白飯、瓜子肉、客家小炒、青菜、蘿蔔大骨湯	麵疙瘩湯
7/9	週三	鮮奶+葡萄乾土司	燕麥飯、毛豆雞柳、麻婆豆腐、青菜、山藥排骨湯	香菇麵線
7/10	週四	鍋燒意麵	小米飯、糖醋魚片、番茄炒蛋、青菜、酸菜白肉湯	椰香芋圓西米露
7/11	週五	低糖豆漿+肉包	炒米粉、粉蒸豬肉排、青菜、薑絲蛤仔湯	鮮菇南瓜湯
7/12	週六			
7/13	週日			
7/14	週一	鮮奶+黑糖饅頭	麥片飯、筍香爌肉、炒三色、青菜、蒜頭雞湯	蘿蔔糕湯
7/15	週二	米漿+芋泥包	小米飯、糖醋豬柳、芹菜三絲、青菜、紫菜蛋花湯	大麵羹
7/16	週三	莧菜魚片粥	紫米飯、洋芋雞丁、雙菇燴豆腐、青菜、四神湯	粉粿米苔目
7/17	週四	葡萄乾麥片+鮮奶	白飯、打拋豬、洋蔥炒蛋、青菜、苦瓜鳳梨湯	醬油拉麵
7/18	週五	玉米濃湯	香菇肉羹麵、滷肉+海帶、毛豆莢	胡瓜粥
7/19	週六			
7/20	週日			
7/21	週一	鮮奶+雜糧饅頭	白飯、壽喜燒、花枝招展、青菜、鴨肉鹹菜湯	皮蛋瘦肉粥
7/22	週二	擔擔麵	薏仁飯、三鮮燴魚片、玉米炒肉茸、青菜、黃瓜丸子湯	燒賣+豆漿
7/23	週三	鮮奶+奶皇包	麥片飯、果蔬雞丁、螞蟻上樹、青菜、玉米蛋花湯	鮮菇紅棗燉山藥
7/24	週四	肉絲冬粉湯	胚芽米飯、日式味噌鯛魚、香菇蒸蛋、青菜、肉骨茶湯	珍珠豆花湯
7/25	週五	鮮奶+銀絲卷	古早味炒麵、雞塊、青菜、冬瓜排骨湯	手卷+麥茶
7/26	週六			
7/27	週日			
7/28	週一	麵線蛋花湯	白飯、宮保雞丁、金沙雙拼、青菜、番茄白菜湯	仙草蜜
7/29	週二	胚芽吐司+低糖豆漿	糙米清粥、小魚乾炒花生豆干、菜圃炒蛋、高麗菜	米苔目鹹湯
7/30	週三	鮮奶+小餐包	糙米飯、茄汁肉丸子、南洋四色、青菜、四物腐皮排骨湯	五木拉麵
7/31	週四	鮮奶+竹筍包	胚芽米飯、鮮蔬炒肉片、白菜滷、青菜、芹香魚丸湯	肉燥芋頭糕湯

※本園餐點食材一律使用國產豬肉（本園無使用牛肉食材）

※本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者使用。幼兒如有過敏 家長請事先告知

※幼兒每日餐點一併更新在【校園食材登陸平台】<https://reurl.cc/8DIMDy>