

基隆市立安心幼兒園 110 年六月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀	豆魚	蔬	水
										雜糧	肉蛋	菜	果
1	二	雞茸玉米粥	胚芽飯	醬燒翅小腿	滷豆干	季節鮮蔬	肉骨茶湯	時令水果	蔥油餅	◆	◆	◆	◆
2	三	肉燥乾拌麵	燕麥飯	瓜仔肉	茶碗蒸	季節鮮蔬	牛蒡排骨湯	時令水果	芋香西米露	◆	◆	◆	◆
3	四	香蒜麵包/豆漿	芝麻飯	咖哩雞肉	塔香海帶	季節鮮蔬	羅宋湯	時令水果	赤肉羹湯	◆	◆	◆	◆
4	五	冬菜冬粉湯	薏仁飯	糖醋魚柳	燴鮮菇	季節鮮蔬	青木瓜大骨湯	時令水果	鮮奶脆片	◆	◆	◆	◆
7	一	鮮奶饅頭/香醇牛奶	沙茶素燴飯		魯蘿蔔	季節鮮蔬	番茄蔬菜湯	時令水果	切仔湯麵	◆	◆	◆	◆
8	二	香菇滑蛋粥	紫米飯	京醬肉絲	茄汁豆腐	季節鮮蔬	金針湯	時令水果	餛飩湯	◆	◆	◆	◆
9	三	絲瓜麵線湯	糙米飯	蔥油雞柳	南瓜肉末	季節鮮蔬	雪蓮子湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆
10	四	奶酥麵包/米漿	蕎麥飯	檸檬魚片	洋蔥炒蛋	季節鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	水煮玉米	◆	◆	◆	◆
11	五	米粉湯	地瓜飯	茶香雞腿	大黃瓜炒竹輪	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	香甜布丁	◆	◆	◆	◆
14	一	小菜包/香醇牛奶	義大利番茄麵		涼拌金針菇	季節鮮蔬	青菜豆腐湯	時令水果	蘿蔔糕湯	◆	◆	◆	◆
15	二	雞蛋瘦肉粥	燕麥飯	西芹炒雞柳	螞蟻上樹	季節鮮蔬	芹香蘿蔔湯	時令水果	綜合滷味	◆	◆	◆	◆
16	三	香菇肉絲麵	芝麻飯	梅乾菜燉肉	金沙筴白筍	季節鮮蔬	莧菜小魚湯	時令水果	薑汁豆花	◆	◆	◆	◆
17	四	草莓麵包/低糖豆漿	胚芽飯	獅子頭	蒜茸素雞片	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	玉米濃湯	◆	◆	◆	◆
18	五	慶生蛋糕/紅棗枸杞茶	地瓜飯	豆瓣鯛魚	炒三色豆肉末	季節鮮蔬	玉米排骨湯	時令水果	小籠湯包	◆	◆	◆	◆
21	一	芋泥饅頭/香醇牛奶	高麗菜飯		韭菜炒杏鮑菇	季節鮮蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	蔬菜通心粉湯	◆	◆	◆	◆
23	二	糙米肉粥	紫米飯	三杯雞	番茄炒蛋	季節鮮蔬	黃瓜大骨湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
24	三	麵疙瘩湯	糙米飯	味噌豬肉	魚香茄子	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	蛋塔	◆	◆	◆	◆
25	四	肉鬆麵包/糙米漿	蕎麥飯	洋芋雞肉	蒜香豆干	季節鮮蔬	木須肉絲湯	時令水果	紫菜湯餃	◆	◆	◆	◆
26	五	米苔目湯	地瓜飯	筍絲魚丁	燴冬瓜	季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	綠豆湯	◆	◆	◆	◆
28	一	奶皇包/香醇牛奶	胚芽飯	醬爆素肉	紅仁鮑菇	季節鮮蔬	番茄蛋花湯	時令水果	麵線羹	◆	◆	◆	◆
29	二	魚片粥	燕麥飯	和風豬柳	合菜帶帽	季節鮮蔬	酸菜粉絲湯	時令水果	檸檬愛玉	◆	◆	◆	◆
30	三	板條湯	芝麻飯	香菇雞丁	玉米炒蛋	季節鮮蔬	山藥蓮子湯	時令水果	蒸芋頭糕	◆	◆	◆	◆

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。

※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。

※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※本園使用國產豬肉食材