

財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園 112 學年度第二期(113/6 月餐點表)

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	自我檢核	
6/03	一	蔬菜湯餃	地瓜飯、脆瓜肉燥、蒜味高麗菜 竹筍排骨湯、水果	黑糖鮮奶粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/04	二	肉燥麵	什錦炒麵、雞柳條、小白菜蛋花湯水 果	草莓吐司、麥 茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/05	三	麵線羹	玉米蛋炒飯、炒青江菜 冬瓜排骨湯、水果	薏仁地瓜湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/06	四	清粥、炒蛋	白飯、滷肉燥、鳳梨糖醋雞丁 炒豆芽、芹菜丸子湯、水果	紅豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/07	五	鮮奶饅頭 牛奶	香菇雞肉粥、綜合滷味、水果	冬瓜菜燕	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/10	一	端 午 節				
6/11	二	蛋餅、紅茶	白飯、鮮菇魯冬瓜、炒青江菜 紫菜蛋花湯、水果	雞蛋吐司 麥茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/12	三	雞絲蛋麵	水餃、竹筍湯、水果	雞茸滑蛋粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/13	四	玉米濃湯	白飯、蜜汁棒棒腿、鮮筍炒肉絲 黃瓜魚丸湯、水果	草莓麵包 麥茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/14	五	魚皮粥	海鮮烏龍麵、炸魚排、水果	鍋燒意麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/17	一	餛飩麵	地瓜粥、炒豆干、麥克雞塊、水果	綠豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/18	二	小肉包 牛奶	咖哩雞肉飯、炒空心菜 紫菜蛋花湯、水果	黑糖粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/19	三	南瓜粥	糙米飯、梅干爌肉、炒地瓜葉 蘿蔔排骨湯、水果	仙草湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/20	四	米漿、銀絲卷	茄汁蘑菇麵、芹菜貢丸湯、水果	地瓜粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/21	五	肉燥冬粉	白飯、香煎豬排、炒四季豆、冬瓜蛤 蠣湯、水果	珍珠豆花	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/24	一	芹香米台目	雞肉飯、洋蔥炒蛋、油豆腐湯	玉米滑蛋粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/25	二	刀削麵	鮪魚蛋炒飯、芹菜甜不辣 養生菇菇湯、水果	檸檬愛玉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/26	三	鮮肉雲吞湯	白飯、蟹肉蒸蛋、滷肉燥 蘆筍炒鮮菇、玉米排骨湯、水果	蛋糕、豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/27	四	鹽水意麵	蛤蜊奶油麵、玉米濃湯、水果	熱狗、冬瓜茶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	
6/28	五	芋頭粥	白飯、豆輪肉燥、金沙杏胞菇 冬瓜排骨湯、水果	餐包 豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果	

餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。

*如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將做適當修改。*當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。

*如對餐點有任何建議，請與辦公室聯絡(05)3411108。

