財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 6/2一 | 番茄雞蛋刀削麵 | 白飯、蒜泥白肉、季節時蔬、味噌豆腐湯、時令水果 | 黑糖粉圓 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/3二 | 廣東粥 | 白飯、鴿蛋瓜仔肉、季節時蔬、肉骨茶湯、時令水果 | 茄汁鯖魚米粉 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/4三 | 地瓜粥、玉米蛋 | 義大利麵、海鮮蛤蜊巧達濃湯、時令水果 | 奶香西米露 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/5四 | 鍋燒意麵 | 白飯、蔥爆豬柳、季節時蔬、鳳梨苦瓜雞湯、時令水果 | 番薯芋圓湯 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/6五 | 彩色小饅頭、牛奶 | 白飯、香煎魚捲、季節時蔬、蜆仔湯、時令水果 | 菜頭粿湯 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 6/09一 | 玉米濃湯通心粉 | 白飯、紅燒肉、季節時蔬、海帶芽湯、時令水果 | 關東煮 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/10二 | 絲瓜豆簽麵 | 白飯、洋蔥醬燒豬肉、季節時蔬、鮮蔬蛋花湯、時令水果 | 雞蛋布丁 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/11三 | 清粥、滷豆枝肉燥 | 三鮮炒麵、柴魚高湯、時令水果 | 油豆腐冬粉 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/12四 | 玉米雞茸粥 | 五穀米咖哩飯、大黃瓜高湯、時令水果 | 綠豆薏仁湯 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/13五 | 黑糖饅頭、豆漿 | 白飯、糖醋魚柳、季節時蔬、香芹魚丸湯、時令水果 | 檸檬愛玉 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 6/16一 | 翡翠魩仔魚粥 | 白飯、玉米肉末、季節時蔬、玉米蘿蔔湯、時令水果 | 仙草蜜 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/17二 | 滑蛋雞絲麵 | 海鮮烏龍麵、滷味拼盤、時令水果 | 筍絲鹹粥 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/18三 | 南瓜粥、蔥花蛋 | 白飯、油蔥雞、季節時蔬、柴魚味噌湯、時令水果 | 紅豆湯圓 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/19四 | 草莓吐司、牛奶 | 高麗菜水餃、酸辣湯、時令水果 | 貢丸麵線 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/20五 | 高纖餛飩蛋花湯 | 白飯、五香控肉、季節時蔬、冬瓜香菇頭湯、時令水果 | 紅豆紫米粥 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 6/23一 | 皮蛋瘦肉粥 | 白飯、三杯雞、季節時蔬、五行蔬菜湯、時令水果 | 番薯芋圓湯 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/24二 | 全麥吐司、豆漿 | 白飯、香菇肉燥、季節時蔬、藥膳雞湯、時令水果 | 什錦關廟麵 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/25三 | 蔬菜粥、滷百頁肉燥 | 蝦仁蛋炒飯、季節時蔬、玉米大骨湯、時令水果 | 蜂蜜蛋糕養生茶 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/26四 | 麵線糊 | 白飯、照燒香腸、季節時蔬、豚骨冬瓜湯、時令水果 | 冬瓜愛玉 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 6/27五 | 玉米脆片、牛奶 | 白飯、麻婆豆腐、季節時蔬、香菇貢丸湯、時令水果 | 粉條粉粿甜湯 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 6/30一 | 蛋花蔬菜湯餃 | 白飯、豆皮滷肉、季節時蔬、薑絲蛤蜊湯、時令水果 | 焦糖布丁 | ☑全榖根莖類☑水果類☑豆魚蛋肉類☑蔬菜類 |

114年06月幼生餐點計畫

* 本園一律採用國產豬肉食材。每日午餐飯後皆備有當季水果。
* 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。
* 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，本園餐點將作適當修改。本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合、對其過敏體質食用者，請告知班導師。