



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園



114 年 8 月幼生餐點計畫

日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/1 五	蔬菜湯餃	白飯、鵝蛋肉燥、季節時蔬、肉骨茶湯、時令水果	仙草蜜湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/4 一	玉米雞茸蛋花粥	白飯、滷香排骨、季節時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	紅豆湯圓甜湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/5 二	雞絲麵	白飯、洋芋燉肉、季節時蔬、蚵仔湯、時令水果	油豆腐細粉	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/6 三	廣東粥	三鮮炒麵、蘿蔔排骨湯、時令水果	番薯芋圓湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/7 四	海鮮什錦麵	高麗菜豬肉水餃、酸辣湯、時令水果	日式關東煮	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/8 五	彩色小饅頭、豆漿	白飯、紅燒豆包、季節時蔬、香芹魚丸湯、時令水果	海鮮粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/11 一	鹽水意麵	白飯、三杯燒肉、季節時蔬、五行蔬菜湯湯、時令水果	檸檬愛玉	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/12 二	香菇板條	白飯、筍干燻肉、季節時蔬、冬瓜蛤蜊湯、時令水果	小漢堡	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/13 三	虱目魚皮粥	白飯、蔥爆豬柳、季節時蔬、黃瓜大骨湯、時令水果	綠豆湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/14 四	香菇蔬菜粥	白飯、京醬肉絲、季節時蔬、味噌豆腐湯、時令水果	大滷麵	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/15 五	韭菜蛋花米苔目	番茄義大利肉醬麵、香菇雞湯、時令水果	粉粿粉條甜湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/18 一	蔬菜餛飩蛋花麵	白飯、醬滷鯛魚、季節時蔬、竹筍大骨湯、時令水果	草莓吐司、牛奶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/19 二	蚵仔麵線	白飯、鮮菇滷冬瓜、季節時蔬、昆布排骨湯、時令水果	貢丸麵線	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/20 三	全麥吐司、豆漿	咖哩糙米飯、蚵仔湯、時令水果	雞蛋布丁	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/21 四	清粥、紅蘿蔔炒蛋	白飯、香酥鯛魚丁、季節時蔬、冬瓜香菇湯、時令水果	紅燒肉燥冬粉	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/22 五	鍋燒意麵	白飯、瓜仔肉燥、季節時蔬、大頭菜湯、時令水果	茶葉蛋、決明子茶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/25 一	關東煮	什錦燴飯、柴魚高湯、時令水果	銀絲卷、麥茶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/26 二	地瓜粥、花瓜	白飯、蜜汁雞腿、季節時蔬、紫菜蛋花湯、時令水果	菜頭粿湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/27 三	玉米濃湯通心麵	皮蛋瘦肉粥、滷味、時令水果	瑞士捲、養生茶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/28 四	肉燥米粉湯	白飯、泰式打拋豬、季節時蔬、蛤仔湯、時令水果	黑糖粉圓	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/29 五	玉米脆片、牛奶	香腸蛋炒飯、味噌豆枝湯、時令水果	古早味鹹粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類

➤ 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。

