



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園



115年06月幼生餐點計畫

日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/01 一	番茄雞蛋粿仔麵	白飯、紅燒小翅腿、季節時蔬、脆筍片排骨湯、時令水果	檸檬愛玉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/02 二	狀元粥	白飯、薑汁燒肉、季節時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	古早味米粉湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/03 三	鍋燒意麵	白飯、芋香里肌、季節時蔬、蚵仔味噌湯、時令水果	番薯綠豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/04 四	蛤蜊絲瓜麵線	五穀米飯、蒜泥白肉、季節時蔬、肉骨茶湯、時令水果	日式關東煮	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/05 五	小餐包、決明子茶	白飯、樹子豆腐蒸魚、季節時蔬、海帶芽蛋花湯、時令水果	珍珠粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/08 一	油蔥米苔目	白飯、蔞瓜肉燥、季節時蔬、青菜豆腐湯、時令水果	玉米濃湯通心粉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/09 二	滑蛋蔬菜一口餃	白飯、洋蔥醬燒豬肉、季節時蔬、鮮蔬蛋花湯、時令水果	紅豆紫米甜湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/10 三	瓠瓜蚵仔豆簽羹	白飯、香酥豬排、香菇竹筍湯、時令水果	油豆腐細粉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/11 四	玉米雞茸蛋花粥	白飯、嫩煎腿排、季節時蔬、大黃瓜魚丸湯、時令水果	番薯芋圓湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/12 五	黑糖饅頭、豆漿	油麵、香菇肉羹、滷味拼盤、時令水果	菜頭粿湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/15 一	翡翠魷仔魚粥	白飯、油蔥雞、季節時蔬、金針排骨湯、時令水果	奶香西米露	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/16 二	府城擔仔麵	高麗菜豬肉水餃、玉米濃湯、時令水果	雞蛋布丁	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/17 三	銀絲卷、牛奶	白飯、蔥爆豬里肌、季節時蔬、冬瓜貢丸湯、時令水果	當歸麵線	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/18 四	滑蛋雞絲麵	肉粽、紫菜蛋花湯、時令水果	玉米脆片、牛奶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/19 五	端午節放假一天			<input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/22 一	客家板條湯	白飯、醬燒小卷、季節時蔬、五行蔬菜湯、時令水果	冬瓜洋菜凍	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/23 二	什錦關廟麵	白飯、打拋豬、季節時蔬、香菇雞湯、時令水果	小肉包、豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/24 三	苦茶油雞麵線	白飯、豬肉素咖哩醬汁、玉米大骨湯、時令水果	仙草蜜	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/25 四	南瓜粥、瓜仔脯蛋	五穀米飯、五花肉滷蘿蔔、季節時蔬、薑絲蛤蜊湯、時令水果	蔬菜冬粉湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/26 五	鮮蔬餛飩湯麵	鮭魚蛋炒飯、季節時蔬、火鍋湯、時令水果	大麥粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
6/29 一	地瓜粥、蔥花蛋	白飯、塔香百頁肉燥、季節時蔬、枸杞龍骨湯、時令水果	瑞士捲、豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
6/30 二	鮮奶吐司、麥茶	三鮮炒麵、季節時蔬、蒜頭雞湯、時令水果	蘿蔔糕湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 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。

** 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將作適當修改。

** 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。

** 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

** 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。

質食用者，請告知班導師。