

台南市私立麻豆樂人幼兒園 110 年 06 月份幼生菜單

※本園餐點採兩週輪替方式進行(單週:每月 1. 3. 5 週、雙週:每月 2. 4 週)。

※餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。 ※蔬菜、水果以季節性出產品為主。

日期	上午點心		中午午餐			下午點心		
	餐點	食材	餐點	食材		餐點	食材	
6/1 (二)	翡翠銀魚粥	菠菜 銀魚 蛋	麥片飯	米+麥片		奶黃包 冬奶	奶黃包 冬瓜 牛奶	
6/15 (二)			瓜仔肉末	絞肉+醬瓜+蔥				
6/29 (二)			新鮮蔬菜	高麗菜+香菇+蒜頭+紅蘿蔔				
			蘿蔔貢丸湯	蘿蔔+貢丸				
			時令水果	西瓜	蘋果🍏			
6/2 (三)	肉羹麵	筍絲 肉羹丸 關廟麵	麥片飯	米+麥片		蝦米米粉湯	蝦米 肉絲 米粉 韭菜	
6/16 (三)			客家小炒	絞肉+豆干+乾魷魚+豆鼓+芹菜				
6/30 (三)			新鮮蔬菜	絲瓜+蛋+薑絲				
			藥膳湯	素鴨肉+藥膳包				
			時令水果	蘋果🍏	西瓜			
6/3 (四)	皮蛋瘦肉粥	白飯 皮蛋 肉絲 鹹蛋 蔥	麥片飯	米+麥片		紅豆薏仁湯	紅豆 薏仁	
6/17 (四)			壽喜燒	肉片+秀珍菇+香菇+百頁豆腐+柴魚				
			新鮮蔬菜	小黃瓜+木耳+蒜頭				
			豆腐味噌湯	豆腐+味噌+蔥花+小魚乾				
			時令水果	香蕉🍌	蘋果🍏			
6/4 (五)	鍋燒意麵	意麵 火鍋丸 蛋 白菜	白飯	白飯		板條肉絲湯	板條 肉絲 韭菜 蝦米 韭菜	
6/18 (五)			香腸炒飯	香腸絞肉+高麗菜+蛋+蔥				
			蒜頭雞肉湯	蒜頭+雞胸肉				
			時令水果	小番茄	芭樂🍌			
6/7 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶	芝麻飯	米+芝麻		鮮肉包 紫菜蛋花湯	鮮肉包 紫菜 蛋 蔥花	
6/21 (一)			蜜汁燒肉	肉絲+蜜汁醬+金針菇+高麗菜				
			新鮮蔬菜	菜豆+蒜頭+紅蘿蔔片				
			冬菜粉絲湯	冬粉+冬菜+肉絲+薑絲				
			時令水果	蘋果🍏	小玉			
6/8 (二)	清粥小菜	清粥 海苔肉鬆 菜脯 蛋	麥片飯	米+麥片		噌味拉麵	味噌 拉麵 肉絲 白菜	
6/22 (二)			豬肉燴飯	肉片+空心菜+沙茶醬+蒜頭				
			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋				
			時令水果	蘋果🍏	香蕉🍌			
6/9 (三)	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕 蛋 油蔥酥 白菜	麥片飯	米+麥片		水煮蛋 白菜魚丸湯	蛋 白菜 小魚丸	
6/23 (三)			木耳榨菜炒肉絲	木耳絲+榨菜絲+肉絲+蔥				
			新鮮蔬菜	韭菜花+蛋+紅蘿蔔絲+蒜頭				
			鮮蔬菇菇湯	高麗菜+紅蘿蔔+秀珍菇+金針菇				
			時令水果	芭樂🍌	蘋果🍏			
6/10 (四)	蔬菜肉絲粥	白飯 高麗菜 肉絲 蔥花	麥片飯	米+麥片		牛奶仙草凍	牛奶 仙草汁 八寶豆	
6/24 (四)			清蒸虱目魚肉	虱目魚肉+破布子+薑絲				
			新鮮蔬菜	番茄+蛋+豆腐+蔥洋蔥+蛋				
			花生大骨湯	大骨+花生+玉米塊+香菇+紅蘿蔔				
			時令水果	蘋果🍏				
6/11 (五)	海鮮拉麵	海鮮 拉麵 白菜 魚板 蛋	芝麻飯	米+芝麻		虱目魚粥	白飯 虱目魚 蒜頭酥 芹菜	
6/25 (五)			咖哩雞肉燴飯	雞胸肉+馬鈴薯+紅蘿蔔+咖哩塊				
			白蘿蔔貢丸湯	白蘿蔔+貢丸+大骨				
			時令水果	香蕉🍌	蘋果🍏			
			滑蛋細麵	細麵 蛋 蔥	麥片飯			米+麥片
			麻婆豆腐	絞肉+豆腐+豆瓣醬+蔥				
			新鮮蔬菜	玉米粒+紅蘿蔔丁+毛豆+蛋				
			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋+蔥花				
6/28 (一)			時令水果	蘋果🍏	芭樂🍌			

園長核章：

餐點設計：李緣惠