

財團法人天主教方濟各會附設臺南市私立麻豆樂人幼兒園 111 年 7 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 |
| 7/1 (五) | 清粥小菜 | 清粥 海苔肉鬆 菜脯 蛋 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 香菇丸冬粉 湯 | 香菇丸 肉絲 冬粉 |
| 7/15 (五) | | | 油豆腐滷肉 | 油豆腐+絞肉+蒜頭 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 洋蔥+蛋+紅蘿蔔 | | |
| | | | 大黃瓜香菇湯 | 大黃瓜+香菇丸 | | |
| | | | 時令水果 | 香蕉🍌 蘋果🍏 | | |
| 7/4 (一) | 吐司 牛奶 | 草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 小銀絲卷 麥茶 | 麥茶 小銀絲卷 |
| 7/18 (一) | | | 麻婆豆腐 | 絞肉+豆腐+豆瓣醬+蔥花 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 高麗菜+蒜頭+香菇 | | |
| | | | 豆薯蛋花湯 | 豆薯+蛋+蔥花 | | |
| | | | 時令水果 | 紅龍果🍎 香蕉🍌 | | |
| 7/5 (二) | 雲吞羹 | 雲吞 筍絲 蛋 蔥花 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 味噌拉麵 | 白菜 拉麵 魚板 肉絲 味噌 |
| 7/19 (二) | | | 筍干爌肉 | 肉絲+筍乾+薑+蔥 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 油菜+秀珍菇+蒜頭 | | |
| | | | 菠菜肉湯 | 菠菜+肉絲+薑絲 | | |
| | | | 時令水果 | 香蕉🍌 芭樂🍎 | | |
| 7/6 (三) | 蘿蔔糕湯 | 蘿蔔糕 白菜 油蔥酥 | 白飯 | 白飯 | 麵線糊 | 紅麵線 筍絲 魚羹丸 木耳 扁魚 |
| 7/20 (三) | | | 海產粥 | 虱目魚肉+肉絲+蛤蜊+香菇+麻筍+ +蟹肉棒+油蔥酥+芹菜 | | |
| | | | 時令水果 | 火龍果🍉 木瓜🍌 | | |
| 7/7 (四) | 什錦肉絲麵 | 韭菜 肉絲 麵 蝦米 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 綠豆薏仁 | 綠豆 薏仁 |
| 7/21 (四) | | | 洋蔥雞柳 | 洋蔥+雞胸肉+蔥+蒜頭 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 小黃瓜+黑輪+蒜頭 | | |
| | | | 青蒜海底雞湯 | 海底雞罐+香菇+豆腐+肉絲+青蒜 | | |
| | | | 時令水果 | 蘋果🍏 香蕉🍌 | | |
| 7/8 (五) | 滑蛋肉粥 | 肉絲 蛋 飯 蔥花 | 白飯 | 白飯 | 擔仔麵 | 韭菜 肉絲 關廟麵 油蔥酥 蛋 |
| 7/22 (五) | | | 咖哩豬肉燴飯 | 豬肉+咖哩塊+馬鈴薯+紅蘿蔔+洋 蔥 | | |
| | | | 白蘿蔔貢丸湯 | 白蘿蔔+貢丸 | | |
| | | | 時令水果 | 蘋果🍏 | | |
| 7/11 (一) | 肉羹麵 | 筍絲 肉羹丸 麵 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 鮮肉包 紫菜蛋花湯 | 鮮肉包 紫菜 蛋 蔥花 |
| | | | 瓜子醬肉 | 肉燥+醬瓜 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 韭菜花+蛋+蒜頭 | | |
| | | | 紫菜蛋花湯 | 紫菜+蛋+蔥花 | | |
| | | | 時令水果 | 火龍果🍉 木瓜🍌 | | |
| 7/12 (二) | 雞蓉玉米粥 | 玉米 雞肉 飯 蔥花 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 關東煮 | 白蘿蔔 米血 黑輪 貢丸 |
| | | | 沙茶炒肉絲 | 肉絲+洋蔥+沙茶醬 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 番茄+蛋+豆腐+蔥 | | |
| | | | 大黃瓜香菇丸湯 | 大黃瓜+香菇丸 | | |
| | | | 時令水果 | 火龍果🍉 木瓜🍌 | | |
| 7/13 (三) | 鍋燒意麵 | 鍋燒意麵 火鍋丸 蛋 白菜 肉絲 | 燕麥飯 | 米+燕麥 | 芋香西米露 | 芋頭圓 地瓜圓 椰奶 西米露 |
| | | | 無骨雞排 | 雞胸肉+地瓜粉 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 菜豆+秀珍菇+紅蘿蔔 | | |
| | | | 榨菜肉絲湯 | 榨菜絲+肉絲+蔥段 | | |
| | | | 時令水果 | 香蕉🍌 蘋果🍏 | | |
| 7/14 (四) | 水餃蛋花湯 | 水餃 蛋 白菜 油蔥酥 | 燕麥飯 | 白飯+燕麥 | 海鮮拉麵 | 拉麵 白菜 蛋 魚板 蛤蜊 |
| | | | 打拋豬肉 | 絞肉+四季豆+番茄+九層塔 | | |
| | | | 新鮮蔬菜 | 絲瓜+金珍菇 | | |
| | | | 紫菜蛋花湯 | 紫菜+蛋+蔥花 | | |
| | | | 時令水果 | 蘋果🍏 芭樂🍎 | | |

園長核章：

園長蘇慧雀

餐點設計：翁瑛媛