

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)	皮蛋瘦肉粥	皮蛋 鹹蛋 肉絲 蔥花	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	紅豆薏仁	紅豆 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	冬白菜+金珍菇+扁魚		
			紫菜蛋花湯	紫菜+蛋+蔥花		
			時令水果	蘋果🍏 芭樂🍎		

園長核章：

餐點設計：翁瑛媛