



七月份營養餐點表

114.7.1-114.7.31

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全 穀 根 莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	蔬 菜 類	水 果 類
1	二	鹹粥	白飯、茄汁雞丁、滷蘿蔔麵輪、時令青菜、榨菜肉絲湯、 季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
2	三	肉燥米粉	白飯、蘿蔔肉塊、糖醋甜不辣、時令青菜、黃瓜貢丸湯、 季節水果	Q圓湯	✓	✓	✓	✓
3	四	雞絲麵	白飯、咖哩雞丁、螞蟻上樹、時令青菜、玉米大骨湯、 季節水果	冬粉湯	✓	✓	✓	✓
4	五	味噌拉麵	白飯、豆干肉絲、洋蔥炒蛋、時令青菜、青菜蛋花湯、 季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
7	一	菇菇麵線	白飯、花瓜肉燥、青蔥炒蛋、時令青菜、海芽湯、季節 水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓
8	二	清粥小菜	白飯、三色雞丁、滷海帶麵輪、時令青菜、玉米湯、季 節水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
9	三	烏龍湯麵	白飯、洋蔥肉片、蒜香海帶絲、時令青菜、山藥湯、季 節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
10	四	米粉湯	白飯、玉米雞丁、糖醋甜不辣、時令青菜、酸辣湯、季 節水果	肉絲湯麵	✓	✓	✓	✓
11	五	冬粉湯	白飯、豆干肉塊、洋蔥三色、時令青菜、蘿蔔湯、季節 水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
14	一	皮蛋瘦肉粥	白飯、洋蔥肉燥、玉米炒蛋、時令青菜、黃瓜貢丸湯、 季節水果	紅豆薏仁	✓	✓	✓	✓
15	二	陽春麵	白飯、黃瓜雞丁、滷蘿蔔豆干、時令青菜、榨菜肉絲湯、 季節水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
16	三	雞絲麵	白飯、梅干肉塊、糖醋甜不辣、時令青菜、香菇雞湯、 季節水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
17	四	青菜肉末粥	白飯、咖哩雞丁、紅燒豆腐、時令青菜、海帶芽湯、季 節水果	味噌拉麵	✓	✓	✓	✓
18	五	奶皇包、豆漿	白飯、木耳肉絲、青蔥炒蛋、時令青菜、牛蒡大骨湯、 季節水果	黑糖粉條	✓	✓	✓	✓
21	一	米粉湯	白飯、香菇肉燥、三色炒蛋、時令青菜、海芽蛋花湯、 季節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓
22	二	肉絲湯麵	白飯、玉米雞丁、螞蟻上樹、時令青菜、山藥湯、季節 水果	蘿蔔糕湯	✓	✓	✓	✓
23	三	鹹粥	白飯、麵輪肉塊、洋蔥炒蛋、時令青菜、玉米湯、季節 水果	甜豆花	✓	✓	✓	✓
24	四	雞絲麵	白飯、滷小雞腿、蒜香海帶絲、時令青菜、酸辣湯、季 節水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
25	五	饅頭、米漿	白飯、茄汁肉片、醬拌素雞、時令青菜、青菜蛋花湯、	綠豆西米露	✓	✓	✓	✓

			季節水果					
28	一	蔬菜瘦肉粥	白飯、玉米肉末、毛豆炒蛋、時令青菜、榨菜肉絲湯、 季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
29	二	冬粉湯	白飯、洋芋雞丁、紅燒豆腐、時令青菜、牛蒡湯、季節 水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
30	三	味噌拉麵	白飯、百頁肉塊、蒜茸素雞片、時令青菜、蘿蔔湯、季 節水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
31	四	吐司、牛奶	白飯、三杯雞丁、糖醋甜不辣、時令青菜、味噌湯、季 節水果	什錦湯麵	✓	✓	✓	✓

※餐後附有水果;餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所更動。

※【本園肉類食材採用國內在地肉品，向芬芳食材供應商採買!特此告知!】

* 本園一律使用國產豬肉食材

* 本園未使用輻射汙染食品