

基隆市立安心幼兒園 111 年 6 月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀	豆魚	蔬	水
										雜糧	肉蛋	菜	果
1	三	粿條湯	芝麻飯	香菇雞丁	滷蛋	季節鮮蔬	山藥蓮子湯	時令水果	蒸芋頭糕	◆	◆	◆	◆
2	四	小牛角麵包/牛奶	薏仁飯	澄汁豬肉	芝麻拌海芽	季節鮮蔬	魚丸湯	時令水果	豆干包	◆	◆	◆	◆
6	一	香菇素肉包/低糖豆漿	什錦素炒飯		涼拌豆干	季節鮮蔬	百菇蔬菜湯	時令水果	湯米苔目	◆	◆	◆	◆
7	二	雞茸玉米粥	胚芽飯	日式壽喜燒	紅絲甜不辣	季節鮮蔬	肉骨茶湯	時令水果	蔥油餅	◆	◆	◆	◆
8	三	肉燥乾拌麵	燕麥飯	瓜仔肉	芝麻海帶芽	季節鮮蔬	牛蒡排骨湯	時令水果	仙草蜜	◆	◆	◆	◆
9	四	香蒜麵包/香醇牛奶	芝麻飯	咖哩雞肉	茶碗蒸	季節鮮蔬	羅宋湯	時令水果	赤肉羹湯	◆	◆	◆	◆
10	五	冬菜冬粉湯	薏仁飯	糖醋魚柳	腐皮燴鮮菇	季節鮮蔬	髮菜豆腐湯	時令水果	鮮奶脆片	◆	◆	◆	◆
13	一	鮮奶饅頭/糙米漿	沙茶素燴飯		破布子蒸蘿蔔	季節鮮蔬	番茄蔬菜湯	時令水果	切仔湯麵	◆	◆	◆	◆
14	二	香菇滑蛋粥	紫米飯	蔥油雞柳	茄汁豆包	季節鮮蔬	金針湯	時令水果	餛飩湯	◆	◆	◆	◆
15	三	麵線湯	糙米飯	京醬肉絲	味噌馬鈴薯	季節鮮蔬	關東煮湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆
16	四	慶生蛋糕/紅棗枸杞茶	蕎麥飯	茶香雞腿	四季豆炒蛋	季節鮮蔬	冬瓜排骨湯	時令水果	水煮玉米	◆	◆	◆	◆
17	五	奶油蘑菇濃湯	地瓜飯	豆鼓魚片	大黃瓜炒竹輪	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	香甜布丁	◆	◆	◆	◆
20	一	小菜包/低糖豆漿	義大利番茄麵		涼拌金針菇	季節鮮蔬	南瓜濃湯	時令水果	蘿蔔糕湯	◆	◆	◆	◆
21	二	瘦肉粥	胚麥飯	西芹炒雞柳	螞蟻上樹	季節鮮蔬	筍片肉絲湯	時令水果	綜合滷味	◆	◆	◆	◆
22	三	香菇麵	燕麥飯	梅乾菜蒸肉	金沙筴白筍	季節鮮蔬	莧菜小魚湯	時令水果	薑汁豆花	◆	◆	◆	◆
23	四	草莓麵包/桂圓茶	芝麻飯	雙薯燉肉	蒜茸素雞片	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	玉米湯	◆	◆	◆	◆
24	五	米粉湯	薏仁飯	豆瓣鯛魚	客家小炒	季節鮮蔬	蘿蔔排骨湯	時令水果	奶酪	◆	◆	◆	◆
27	一	芋泥饅頭/糙米漿	素滷肉飯		雪菜豆乾丁	季節鮮蔬	海帶芽蛋花湯	時令水果	蔬菜通心粉湯	◆	◆	◆	◆
28	二	糙米排骨粥	紫米飯	三杯雞	紅燒冬瓜	季節鮮蔬	玉米波菜湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
29	三	麵疙瘩湯	糙米飯	味噌豬肉	糖醋甜不辣	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	綠豆湯	◆	◆	◆	◆
30	四	奶油麵包/牛奶	蕎麥飯	洋芋雞肉	番茄炒蛋	季節鮮蔬	木須肉絲湯	時令水果	紫菜湯餃	◆	◆	◆	◆