

宜蘭縣冬山鄉廣興國民小學附設幼兒園 114 年 7 月餐點表

114.7.1

日期	星期	上午點心		午餐		下午點心		餐點類別檢核							
		全穀 雜糧類	1 青菜	2 洋蔥肉絲	3 玉米彩繪 青菜	4 黃瓜大骨湯	花豆地瓜圓	1 青菜	2 花枝丸湯	3 薑絲冬瓜湯	4 家常湯麵	1 青菜	2 螞蟻上樹	3 三色炒蛋	4 麵包、鮮奶奶
1	二	湯包、麥茶	白米飯	洋蔥肉絲	玉米彩繪 青菜	黃瓜大骨湯	花豆地瓜圓	青菜	花枝丸湯	薑絲冬瓜湯	家常湯麵	青菜	花枝丸湯	薑絲冬瓜湯	麵包、鮮奶奶
2	三	米粉湯	特餐	肉絲蛋炒飯	府城蝦卷	青菜	花枝丸湯	青菜	薑絲冬瓜湯	家常湯麵	青菜	花枝丸湯	薑絲冬瓜湯	麵包、鮮奶奶	青菜
3	四	饅頭、紅棗茶	白米飯	雞肉親子丼	螞蟻上樹	青菜	花枝丸湯	青菜	薑絲冬瓜湯	家常湯麵	青菜	花枝丸湯	薑絲冬瓜湯	麵包、鮮奶奶	青菜
4	五	台式鹹粥	白米飯	卡拉雞排	三色炒蛋	青菜	花枝丸湯	青菜	綠豆湯	麵包、鮮奶奶	青菜	花枝丸湯	綠豆湯	麵包、鮮奶奶	青菜
7	一	包子、熱牛奶	白米飯	南瓜蒸肉	茄汁甜不辣	青菜	玉菜蛋花湯	青菜	玉菜蛋花湯	蛋汁雞絲麵	青菜	玉菜蛋花湯	蛋汁雞絲麵	蛋汁雞絲麵	青菜
8	二	湯餃	白米飯	蔥燒魚丁	玉菜肉絲	青菜	蒲瓜大骨湯	青菜	蒲瓜大骨湯	地瓜粉圓湯	青菜	蒲瓜大骨湯	地瓜粉圓湯	地瓜粉圓湯	青菜
9	三	吻仔魚粥	特餐	義大利通心麵	麥克雞塊	青菜	玉米濃湯	青菜	玉米濃湯	珍珠丸子、枸杞茶	青菜	玉米濃湯	珍珠丸子、枸杞茶	珍珠丸子、枸杞茶	青菜
10	四	饅頭、麥茶	白米飯	針菇肉絲	洋芋肉末	青菜	蘿蔔味噌湯	青菜	蘿蔔味噌湯	芙蓉麵線	青菜	蘿蔔味噌湯	芙蓉麵線	芙蓉麵線	青菜
11	五	玉米瘦肉粥	白米飯	照燒雞肉	蒸蛋	青菜	冬瓜山粉圓	青菜	冬瓜山粉圓	麵包、鮮奶奶	青菜	冬瓜山粉圓	麵包、鮮奶奶	麵包、鮮奶奶	青菜
14	一	包子、熱牛奶	白米飯	古早味肉燥	沙茶寬粉	青菜	馬鈴薯蔬菜湯	青菜	馬鈴薯蔬菜湯	鈎燒意麵	青菜	馬鈴薯蔬菜湯	鈎燒意麵	鈎燒意麵	青菜
15	二	翡翠雲吞湯	白米飯	黃金海鮮排	胡瓜燴玉米	青菜	什錦白菜梗	青菜	什錦白菜梗	紅豆QQ	青菜	什錦白菜梗	紅豆QQ	紅豆QQ	青菜
16	三	肉燥湯麵	特餐	什錦鹹粥	雜肉大根燒	青菜	滷海帶結	青菜	滷海帶結	蘿蔔糕、紅茶	青菜	滷海帶結	蘿蔔糕、紅茶	蘿蔔糕、紅茶	青菜
17	四	饅頭、枸杞茶	白米飯	洋芋燒雞	黃瓜黑輪	青菜	紫菜蛋花湯	青菜	紫菜蛋花湯	蔬菜肉絲麵	青菜	紫菜蛋花湯	蔬菜肉絲麵	蔬菜肉絲麵	青菜

18	五	地瓜粥、肉鬆 白米飯	蔥爆肉絲 玉米蒸肉	紅蘿蔔炒蛋 彩繪蘿蔔	青菜	愛玉甜湯 冬瓜大骨湯	麵包、鮮奶 擔仔麵	✓	✓	✓	✓
21	一	包子、熱牛奶 白米飯	玉米蒸肉	蒲燒鯛魚片 包白肉片	青菜	黃瓜蛋花湯 綜合甜湯	✓	✓	✓	✓	✓
22	二	水餃、紫菜湯 白米飯	蒲燒鯛魚片 包白肉片	南瓜燒肉 家鄉炒米粉	青菜	鮮蔬魚丸湯 芙蓉湯	薯餅、麥茶 西式濃湯麵	✓	✓	✓	✓
23	三	洋蔥滑蛋粥 特餐	壽喜燒肉片 義式肉醬	南瓜燒肉 義式肉醬	青菜	鮮蔬魚丸湯 芙蓉湯	薯餅、麥茶 西式濃湯麵	✓	✓	✓	✓
24	四	饅頭、紅棗茶 白米飯	白米飯	蠔油嫩雞 醬油蒸蛋	青菜	紅豆湯 紅豆湯	麵包、鮮奶 什錦湯麵	✓	✓	✓	✓
25	五	蔬菜肉絲粥 白米飯	白米飯	蠔油嫩雞 醬油蒸蛋	青菜	甜玉米大骨湯 甜玉米大骨湯	麵包、鮮奶 什錦湯麵	✓	✓	✓	✓
28	一	包子、熱牛奶 白米飯	白米飯	紅燒肉燥 針姑粉絲煲	青菜	南瓜濃湯 南瓜濃湯	綠豆西米露 綠豆西米露	✓	✓	✓	✓
29	二	雲吞細粉湯 白米飯	白米飯	鐵板雞柳 蛋香高麗菜	青菜	芝麻球 芝麻球	鍋貼、枸杞茶 鍋貼、枸杞茶	✓	✓	✓	✓
30	三	蒲瓜粥 特餐	和風湯麵	綜合滷味 綜合滷味	青菜	蘿蔔大骨湯 蘿蔔大骨湯	鮮蔬蘿蔔糕 鮮蔬蘿蔔糕	✓	✓	✓	✓
31	四	饅頭、麥茶 白米飯	葱香蒸肉 玉米丸子	青菜							

備註

- 備註：
1. 餐點表內每日餐點均含有全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
2. 食材來源一律使用國產豬肉。

檢核人：

主任：

賴淑黃

校長何永毅

校長：