

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			
							1 全穀 雜糧類	2 豆魚 蛋肉類	3 蔬菜類	4 水果類
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	✓	✓
2	三	米粉湯	特餐	肉絲蛋炒飯	府城蝦卷	青菜	花枝丸湯	關東煮	✓	✓
3	四	饅頭、紅棗茶	白米飯	雞肉親子丼	螞蟻上樹	青菜	薑絲冬瓜湯	家常湯麵	✓	✓
4	五	台式鹹粥	白米飯	卡拉雞排	三色炒蛋	青菜	綠豆湯	麵包、鮮奶	✓	✓
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	蛋汁雞絲麵	✓	✓
8	二	湯餃	白米飯	蔥燒魚丁	玉菜肉絲	青菜	蒲瓜大骨湯	地瓜粉圓湯	✓	✓
9	三	叻仔魚粥	特餐	義大利通心麵	麥克雞塊	青菜	玉米濃湯	珍珠丸子、枸杞茶	✓	✓
10	四	饅頭、麥茶	白米飯	針菇肉絲	洋芋肉末	青菜	蘿蔔味噌湯	芙蓉麵線	✓	✓
11	五	玉米瘦肉粥	白米飯	照燒雞肉	蒸蛋	青菜	冬瓜山粉圓	麵包、鮮奶	✓	✓
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	鍋燒意麵	✓	✓
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	紅豆QQ	✓	✓
16	三	肉燥湯麵	特餐	什錦鹹粥	雞肉大根燒	青菜	滷海帶結	蘿蔔糕、紅棗茶	✓	✓
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	蔬菜肉絲麵	✓	✓

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

備註：

- 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。
- 食材來源一律使用國產豬肉。

檢核人：

代 理 李 蕙 如
教 保 員

園 主 任：

教 師 兼 黃 淑 禎
幼 兒 園 主 任

校 長：

校 長 何 昶 毅