



臺南市私立星堡幼兒園
112 學年度第二學期 7 月份餐點表



日期	星期	上午 點心 9:00	午 餐 11:30	水果	下午 點心 15:00	餐點類別檢核			
						全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
7/1	一	蘿蔔糕湯 蘿蔔糕.	高麗菜肉末滑蛋粥 白米、高麗菜、豬肉、雞蛋、紅蘿蔔、玉米	芭樂	奶香吐司+麥茶 吐司、大麥	✓	✓	✓	✓
7/2	二	叻仔魚菠菜湯 叻仔魚、菠菜	蔥爆鮮味燴麵+蘿蔔黑輪湯 花枝羹、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、麵、白蘿蔔、黑輪	芭樂	消暑綠豆湯 砂糖、綠豆	✓	✓	✓	✓
7/3	三	鍋燒意麵 意麵、小白菜、豬肉	南瓜燴飯+營養菇菇湯 南瓜、豬肉、香菇、米、洋蔥	芭樂	日式關東煮 黑輪、米血、白蘿蔔	✓	✓	✓	✓
7/4	四	芙蓉雞汁粥 白米、玉米、雞肉	豚香筍絲大滷麵 麵、雞蛋、豆芽菜、高麗菜、筍絲、豬肉、木耳、紅蘿蔔	芭樂	魚香甜不辣 甜不辣	✓	✓	✓	✓
7/5	五	銀芽細粉湯 豆芽菜、國產豬肉、冬粉	豬肉水餃+味噌湯 水餃、小魚乾、豆腐、味噌	芭樂	QQ粉圓湯 粉圓、冬瓜塊	✓	✓	✓	✓
7/8	一	蘿蔔糕湯 蘿蔔糕、豆芽菜	海鮮滑蛋粥 蝦、花枝、雞蛋、玉米、洋蔥、香菇、青江菜、姜絲	西瓜	草莓吐司+麥茶 吐司、草莓果醬、麥茶包	✓	✓	✓	✓
7/9	二	青豆仁燉粥 玉米、雞蛋、青豆	什錦炒麵+紫菜蛋花湯 豬肉、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、鐵板麵、紫菜、雞蛋	西瓜	紅豆薏仁粥 紅豆、薏仁、二砂糖	✓	✓	✓	✓
7/10	三	鍋燒雞絲麵 雞絲麵、小白菜、豬肉	茄汁蘑菇鐵板燴飯+綜合菇菇湯 番茄、番茄醬、香菇、豬肉、紅蘿蔔、蔥、麵、洋蔥、綜合菇	西瓜	魚丸湯 魚丸	✓	✓	✓	✓
7/11	四	蛋香鹹粥 白米、雞蛋、蘿蔔、青豆仁、玉米	雙菇炒麵+番茄白菜湯 金針菇、鮮香菇、油麵、高麗菜、紅蘿蔔、番茄、白菜	西瓜	菠菜翡翠羹 菠菜、豬肉、黑木耳	✓	✓	✓	✓
7/12	五	洋芋濃湯 馬鈴薯、玉米、紅蘿蔔	酸辣湯飯 高麗菜、豬肉、木耳、豆腐、紅蘿蔔、筍絲	西瓜	QQ粉圓甜湯 粉圓、冬瓜、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
7/15	一	芹香魚丸湯 魚丸、芹菜	精燉魚骨海鮮時蔬粥 白米、虱目魚肉、花枝漿、芹菜、高麗菜	芭樂	草莓吐司+冬瓜茶 吐司、草莓醬、冬瓜塊	✓	✓	✓	✓
7/16	二	火腿玉米湯 火腿丁、雞蛋、玉米	奶油培根燴麵 白米、培根、香菇、洋蔥、高麗菜	芭樂	紅豆地瓜湯 地瓜、紅豆、砂糖	✓	✓	✓	✓
7/17	三	油豆腐細粉 冬粉、油豆腐、紅蘿蔔	香腸炒飯+炒高麗菜+紫菜蛋花湯 白米、香腸、蘿蔔絲、高麗菜、紫菜、雞蛋	芭樂	白玉貢丸湯 貢丸、白蘿蔔	✓	✓	✓	✓
7/18	四	菠菜粥 白米、雞蛋、菠菜、玉米	茄汁鯖魚蔬菜麵 香菇、國產豬肉、高麗菜、洋蔥、木耳、麵、鯖魚、番茄	芭樂	三杯關東煮 黑輪、米血、醬油	✓	✓	✓	✓
7/19	五	絲瓜麵線 絲瓜、麵線、豬肉	彩椒豬肉蛋燴飯+冬瓜湯 白米、彩椒、高麗菜、紅蘿蔔、雞蛋、豬肉、冬瓜	芭樂	粉圓甜湯 粉圓、二級砂糖	✓	✓	✓	✓
7/22	一	貢丸湯 貢丸、白蘿蔔	虱目魚滑蛋粥+炒青江菜 虱目魚、雞蛋、玉米、洋蔥、香菇、青江菜	西瓜	法國吐司+麥茶 雞蛋、吐司、大麥	✓	✓	✓	✓
7/23	二	關廟湯麵 關廟麵、豬肉、高麗菜	古早味魯麵羹+炒高麗菜 油麵、魚羹、筍絲、高麗菜	西瓜	地瓜粉角湯 地瓜、粉角	✓	✓	✓	✓
7/24	三	火腿玉米煎餅 火腿、玉米、麵粉	南洋咖哩飯+榨菜肉絲湯 白米、咖哩、國產豬肉、紅蘿蔔、榨菜	西瓜	豆腐豬肉羹 豆腐、國產豬肉、高麗菜	✓	✓	✓	✓
7/25	四	翡翠滑蛋雞汁粥 菠菜、雞蛋、白米	義大利肉醬鐵板麵 麵、國產豬肉、番茄醬、玉米、香菇、洋蔥	西瓜	日式關東煮 黑輪、米血、白蘿蔔	✓	✓	✓	✓
7/31	三	芹香肉末粉絲湯 芹菜、國產豬肉、冬粉	夏威夷蛋炒飯+貢丸湯 白米、雞蛋、鳳梨、紅蘿蔔、青豆仁、玉米、貢丸	西瓜	枸杞木耳甜湯 枸杞、白木耳、砂糖	✓	✓	✓	✓

*本園肉品皆使用國產肉品，敬請家長安心！

2024/06/30 製表