

# 臺北市私立小綠山森林幼兒園六月餐點表

| 補上班 17 (星期六)  |  | ◇ 本菜單係參考臺北市教育局「幼兒健康食譜」之內容所製定，如相關食材因天氣或供貨等因素無法獲得，將依實際可獲得的食材逕行調整，不另行通告。<br>◇ 每日水果依當季盛產的西瓜、番茄、蘋果、芭樂、蓮霧、鳳梨、哈密瓜等為主。另豬肉均採購「國產豬肉」製品入菜，請放心食用。 |   | 1 (星期四)  |  | 2 (星期五)  |   |   |  |
|---|--|---|---|--|--|--|---|---|--|
| <b>早餐</b><br>玉米脆片、鮮奶<br><b>下午點心</b><br>海苔酥飯糰<br><b>水果</b> | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>咖哩雞<br>蒜苗炒豆干<br>季節蔬菜<br>豆腐味增湯   |   |   | <b>早餐</b><br>蔥抓餅、豆漿<br><b>下午點心</b><br>生日蛋糕<br><b>水果</b>  | <b>午餐</b><br>糙米飯<br>香菇肉燥<br>洋蔥炒蛋<br>季節蔬菜<br>海帶芽蛋花湯 | <b>早餐</b><br>蔥抓餅、豆漿<br><b>下午點心</b><br>肉羹麵線<br><b>水果</b>  | <b>午餐</b><br>地瓜飯<br>韭菜炒雞肉絲<br>紅燒豆腐<br>季節蔬菜<br>味增銀魚湯 |   |  |
| 5 (星期一)   |  | 6 (星期二)   |   | 7 (星期三)  |  | 8 (星期四)  |   | 9 (星期五)   |  |
| <b>早餐</b><br>蔥抓餅、豆漿<br><b>下午點心</b><br>水煮玉米<br><b>水果</b>   | <b>午餐</b><br>糙米飯<br>蒜泥白肉<br>季節蔬菜<br>雙花椰菜<br>番茄蛋花湯    | <b>早餐</b><br>滑蛋粥<br><b>下午點心</b><br>小餐包、蜂蜜水<br><b>水果</b>   | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>洋芋燒肉<br>季節蔬菜<br>番茄炒蛋<br>蘿蔔排骨湯  | <b>早餐</b><br>小饅頭、豆漿<br><b>下午點心</b><br>綠豆薏仁湯<br><b>水果</b> | <b>午餐</b><br>水餃<br>季節時蔬<br>玉米濃湯                    | <b>早餐</b><br>蔥抓餅、豆漿<br><b>下午點心</b><br>高纖地瓜湯<br><b>水果</b> | <b>午餐</b><br>地瓜飯<br>肉絲燴三菇<br>紅蘿蔔炒蛋<br>季節蔬菜<br>豆腐味增湯 | <b>早餐</b><br>山藥蓮子鹹粥<br><b>下午點心</b><br>肉羹麵線<br><b>水果</b>   | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>壽喜燒<br>季節蔬菜<br>清炒小黃瓜<br>鮮魚豆腐湯 |
| 12 (星期一)  |  | 13 (星期二)  |   | 14 (星期三)   |  | 15 (星期四)   |   | 16 (星期五)  |  |
| <b>早餐</b><br>蘿蔔糕炒蛋<br><b>下午點心</b><br>小餐包、蜂蜜水<br><b>水果</b> | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>紅燒獅子頭<br>洋蔥炒蛋<br>季節時蔬<br>香菇雞湯   | <b>早餐</b><br>山藥蓮子鹹粥<br><b>下午點心</b><br>芝麻包<br><b>水果</b>  | <b>午餐</b><br>糙米飯<br>韭菜炒雞肉絲<br>紅燒豆腐<br>季節蔬菜<br>番茄蛋花湯 | <b>早餐</b><br>全麥土司、鮮奶<br><b>下午點心</b><br>紅豆湯<br><b>水果</b>  | 校外教學暨<br>校園野餐日                                     | <b>早餐</b><br>菠菜粥<br><b>下午點心</b><br>水煮玉米<br><b>水果</b>     | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>豆腐鑲肉<br>銀魚炒蛋<br>季節蔬菜<br>蘿蔔排骨湯  | <b>早餐</b><br>蔥抓餅、豆漿<br><b>下午點心</b><br>蔬菜肉片粥<br><b>水果</b>  | <b>午餐</b><br>金瓜炒米粉<br>滷棒棒腿<br>蔥花蛋<br>季節蔬菜<br>番茄豆腐湯 |
| 19 (星期一)  |  | 20 (星期二)  |   | 21 (星期三)   |  | 22 (星期四)   |   | 23 (星期五)  |  |
| <b>早餐</b><br>滑蛋粥<br><b>下午點心</b><br>可頌麵包、蘋果汁<br><b>水果</b>  | <b>午餐</b><br>地瓜飯<br>芹菜炒肉片<br>小黃瓜炒木耳<br>季節蔬菜<br>蘿蔔玉米湯 | <b>早餐</b><br>蘿蔔糕炒蛋<br><b>下午點心</b><br>銀絲卷、豆漿<br><b>水果</b>  | <b>午餐</b><br>糙米飯<br>香菇肉燥<br>洋蔥炒蛋<br>季節蔬菜<br>黃豆芽排骨湯  | <b>早餐</b><br>小兔包、豆漿<br><b>下午點心</b><br>仙草愛玉湯<br><b>水果</b> | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>咖哩雞<br>蒜苗炒豆干<br>季節蔬菜<br>豆腐味增湯 | 端午節連假  |   | 連假彈性放假  |  |
| 26 (星期一)  |  | 27 (星期二)  |   | 28 (星期三)   |  | 29 (星期二)   |   | 30 (星期三)  |  |
| <b>早餐</b><br>蔬菜蛋餅<br><b>下午點心</b><br>海苔酥飯糰<br><b>水果</b>    | <b>午餐</b><br>糙米飯<br>玉米炒雞丁<br>蒸蛋<br>季節時蔬<br>金針菇排骨湯    | <b>早餐</b><br>田園蔬菜粥<br><b>下午點心</b><br>小肉包<br><b>水果</b>   | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>洋芋燒肉<br>番茄炒蛋<br>季節蔬菜<br>海帶芽蛋花湯 | <b>早餐</b><br>蛋餅、豆漿<br><b>下午點心</b><br>義大利麵<br><b>水果</b>   | <b>午餐</b><br>地瓜飯<br>梅干扣肉<br>糖醋豆腸<br>季節蔬菜<br>雙色蘿蔔湯  | <b>早餐</b><br>滑蛋粥<br><b>下午點心</b><br>綠豆薏仁湯<br><b>水果</b>    | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>咖哩雞<br>蒜苗炒豆干<br>季節蔬菜<br>豆腐味增湯  | <b>早餐</b><br>玉米脆片、鮮奶<br><b>下午點心</b><br>高纖地瓜湯<br><b>水果</b> | <b>午餐</b><br>黑芝麻飯<br>豆腐鑲肉<br>蔥花蛋<br>季節蔬菜<br>南瓜濃湯   |