

# 臺北市私立小綠山森林幼兒園 114 年六月餐點表

1(星期一)		2(星期二)		3(星期三)		4(星期四)		5(星期五)		
早餐 雞蓉玉米粥 下午點心 可頌麵包 紅棗枸杞茶 水果	午餐 糙米飯 梅干扣肉 三絲炒芹菜 有機蔬菜 苦瓜雞湯	早餐 蔬菜什錦麵 下午點心 草莓土司 豆漿 水果	午餐 黑芝麻飯 紅燒肉 番茄炒蛋 有機蔬菜 蘿蔔玉米湯	早餐 芝麻包+豆漿 下午點心 生日蛋糕 水果	午餐 糙米飯 玉米炒雞丁 蒸蛋 有機蔬菜 百菇湯	早餐 玉米麥片+牛奶 下午點心 花生豆花 水果	午餐 地瓜飯 炸豬排 紅蘿蔔炒蛋 有機蔬菜 味增銀魚湯	早餐 鮮蔬義大利麵 下午點心 小菜包 豆漿 水果	午餐 糙米飯 洋蔥燉雞肉 麻婆豆腐 有機蔬菜 紫菜蛋花湯	
8(星期一)		9(星期二)		10(星期三)		11(星期四)		12(星期五)		
早餐 蘿蔔糕炒蛋 下午點心 小餐包+牛奶 水果	午餐 黑芝麻飯 鳳梨雞丁 紅燒豆腐 有機蔬菜 什錦蔬菜湯	早餐 蛋餅+豆漿 下午點心 芝麻包+豆漿 水果	午餐 糙米飯 洋蔥豬柳 紅蘿蔔炒蛋 有機蔬菜 牛蒡排骨湯	早餐 法式土司+ 豆漿 下午點心 海苔酥飯糰 水果	午餐 水餃 涼拌小黃瓜 有機蔬菜 玉米蛋濃湯	早餐 玉米麥片+ 牛奶 下午點心 愛玉仙草湯 水果	午餐 黑芝麻飯 壽喜燒 菠菜拌腐竹 有機蔬菜 香菇雞湯	早餐 田園蔬菜粥 下午點心 綠豆薏仁湯 水果	午餐 糙米飯 咖哩雞 小黃瓜炒木耳 有機蔬菜 蘿蔔排骨湯	
15(星期一)		16(星期二)		17(星期三)		18(星期四)		19(星期五)		
早餐 玉米麥片+牛奶 下午點心 起酥麵包+ 豆漿 水果	午餐 黑芝麻飯 蒜泥肉片 涼拌小黃瓜 有機蔬菜 山藥排骨湯	早餐 玉米菠菜粥 下午點心 小肉包+ 紅棗枸杞茶 水果	午餐 糙米飯 鳳梨雞丁 紅燒豆腐 有機蔬菜 紫菜蛋花湯	早餐 蔥抓餅+ 豆漿 下午點心 鮮蔬義大利麵 水果	校外教學		早餐 蘿蔔糕炒蛋 下午點心 草莓土司 豆漿 水果	午餐 地瓜飯 鹹蛋蒸肉 魯花干片 有機蔬菜 豆腐味增湯	端午節	
22(星期一)		23(星期二)		24(星期三)		25(星期四)		26(星期五)		
早餐 蔬菜餛飩湯 下午點心 小肉包、 紅棗枸杞茶 水果	午餐 芝麻飯 玉米炒雞丁 吻仔魚炒蛋 有機蔬菜 豆芽排骨湯	早餐 山藥養生粥 下午點心 小饅頭+豆漿 水果	午餐 糙米飯 滷雞腿 三絲炒芹菜 有機蔬菜 紫菜蛋花湯	早餐 銀絲卷+ 豆漿 下午點心 紅豆薏仁湯 水果	午餐 地瓜飯 洋蔥豬柳 三絲炒芹菜 有機蔬菜 味噌豆腐湯	早餐 蛋餅+ 豆漿 下午點心 海苔酥飯糰 水果	午餐 黑芝麻飯 肉片燴三菇 蔥花蛋 有機蔬菜 鮮魚豆腐湯	早餐 蘿蔔糕炒蛋 下午點心 什錦麵 水果	午餐 糙米飯 梅干扣肉 炒豆干 有機蔬菜 蘿蔔玉米湯	
29(星期一)		30(星期二)		<ul style="list-style-type: none"> <li>● 本菜單參考臺北市政府教育局「幼兒健康食譜」之內容所製定，如食材因天氣因素無法獲得，將依實際可獲得的食材逕行調整，不另行通告。</li> <li>● 水果依當季盛產的芭樂、蘋果、香蕉、鳳梨、木瓜及西瓜為主。</li> <li>● 本園均採購國產豬肉製品入菜。</li> <li>● 即日起『有機蔬菜』將採購臺灣「自然農法」農場所種植的季節性有機蔬菜。</li> </ul>						
早餐 山藥養生粥 下午點心 銀絲卷、豆漿 水果	午餐 糙米飯 咕咾肉 炒絲瓜 有機蔬菜 蘿蔔排骨湯	早餐 玉米麥片+ 牛奶 下午點心 什錦肉片粥 水果	午餐 黑芝麻飯 壽喜燒 菠菜拌腐竹 有機蔬菜 香菇雞湯							