

新北市新莊區國泰國小附設幼兒園 113 年度暑假延長課後 7 月份餐點表

日期	早點	午餐			午點	全穀雜糧類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
7/1 (一)	小奶皇包	香菇肉燥飯	蒜香高麗菜	白芋油豆腐湯	水煮蛋/麥茶/水果	√	√	√	√
7/2 (二)	擔仔麵	白飯/玉米肉末/三杯雞	蒜香大陸妹	香菇蛤蜊湯	養生饅頭/低糖豆漿/水果	√	√	√	√
7/3 (三)	滑蛋香菇雞茸粥	台式炒米粉	雙拼花椰菜	番茄豆芽排骨湯	紅豆牛奶西谷米/水果	√	√	√	√
7/4 (四)	莧菜豆腐麵線	南瓜飯/洋芋燉雞/麵筋炒蛋	蒜香 A 菜	紫菜魚丸湯	金絲捲/米漿/水果	√	√	√	√
7/5 (五)	蘿蔔糕	咖哩雞飯	黃瓜炒貢丸	洋芋濃湯	奶酪脆片/水果	√	√	√	√
7/8 (一)	刈包/肉鬆	鮭魚玉米炒飯	豆皮高麗菜	白花椰湯	銀耳蓮子湯/水果	√	√	√	√
7/9 (二)	玉米濃湯螺旋麵	雪蓮飯/照燒雞腿丁/家常豆腐	炒空心菜	青蔥蛋花湯	黑糖小饅頭/鮮奶/水果	√	√	√	√
7/10 (三)	芋頭鹹粥	炸醬麵	炒地瓜葉	鮭魚味噌湯	奶油餐包/決明子茶/水果	√	√	√	√
7/11 (四)	絲瓜蛤蜊麵	鮮肉水餃	豌豆鮮菇	金菇肉絲湯	黑糖捲/優酪乳/水果	√	√	√	√
7/12 (五)	吐司/鮮奶	親子丼飯	蒜香青江菜	時蔬馬鈴薯湯	中華豆花/水果	√	√	√	√
7/15 (一)	叉燒包	沙茶肉絲燴飯	小松菜	酸菜豬血湯	吐司/冬瓜茶/水果	√	√	√	√
7/16 (二)	烏龍湯麵	芋香飯/蜜汁雞腿丁/紅燒豆腐	蒲瓜鴻喜菇	結頭菜排骨湯	銀絲卷/芝麻黑豆漿/水果	√	√	√	√
7/17 (三)	古早味菜豆粥	海鮮炒麵	蒜香青花菜	菱角排骨湯	綠豆米苔目湯/水果	√	√	√	√
7/18 (四)	香菇肉絲麵	薏仁飯/百頁燒肉/菜脯炒蛋	炒油菜	金針蛋花湯	雞蛋小饅頭/燕麥奶/水果	√	√	√	√
7/19 (五)	菠菜豆腐湯麵	客家炒粿條	彩椒甜豆	酸菜肉片湯	統一布丁/水果	√	√	√	√
7/22 (一)	高麗菜包	土魷魚羹飯	蒜香空心菜	絲瓜菇菇湯	豆漿豆花湯/水果	√	√	√	√
7/23 (二)	番茄雞蛋麵	地瓜飯/京醬肉片/蘿蔔麵輪	蒜香菜豆	金針香菇雞湯	鮮奶饅頭/優酪乳/水果	√	√	√	√
7/24 (三)	雞茸蔬菜粥	蘑菇鐵板麵	白花椰菜	海鮮濃湯	奶酥麵包/麥茶/水果	√	√	√	√
7/25 (四)	肉燥米粉湯	白飯/香菇瓜仔肉/火腿炒蛋	涼拌小黃瓜	翡翠銀魚湯	小奶皇包/鮮奶/水果	√	√	√	√
7/26 (五)	果乾麥片/鮮奶	義式白醬螺旋麵	蒜香大陸妹	奶香馬鈴薯湯	檸檬愛玉/水果	√	√	√	√
7/29 (一)	筍香包	高麗菜炒飯	玉米筍敏豆	黃瓜貢丸湯	粉圓撞奶/水果	√	√	√	√
7/30 (二)	蔬菜湯麵	燕麥飯/酥炸魚片/雙菇燒豆腐	蒜香高麗菜	玉米巧達濃湯	馬來糕/紫米奶/水果	√	√	√	√
7/31 (三)	養生粥	紅燒豬肉麵	香菇娃娃菜	南瓜鮮蔬排骨湯	蘇打餅乾/枸杞茶/水果	√	√	√	√

★本園食材來源一律使用國產豬肉、牛肉食材及未使用輻射產品 ★如幼兒有對任何食物過敏者，請家長主動告知老師，避免誤食導致身體不適

★以上為當月餐點表，如遇到不可抗拒之天然因素或是時令關係則會進行調整

