

# 安康幼兒園113年6月份餐點計劃表

| 週別  | 日期   | 星期 | 上午點心         | 營養午餐                             | 下午點心          |
|-----|------|----|--------------|----------------------------------|---------------|
| 第一週 | 6/3  | 週一 | (1,2)牛奶燕麥粥   | (1,2,3)日式拉麵、(4)附餐水果              | (3,4)銀耳枸杞甜湯   |
|     | 6/4  | 週二 | (1,2)綠豆西米露   | (1,2,3)水餃、(3)海帶湯、(4)附餐水果         | 關東煮米粉         |
|     | 6/5  | 週三 | (4)水果        | (1,2,3)玉米蛋炒飯、(3)金針湯、(4)附餐水果      | (1)吐司、麥茶      |
|     | 6/6  | 週四 | (1,2)薏仁燕麥片   | (1,2,3)什錦蔬菜麵、(4)附餐水果             | (1)小米粥        |
|     | 6/7  | 週五 | (4)水果        | (1,2,3)絲瓜玉米粥、(4)附餐水果             | (2)紅豆湯        |
| 第二週 | 6/10 | 週一 | <b>端午節放假</b> |                                  |               |
|     | 6/11 | 週二 | (1,2)玉米濃湯    | (1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果               | (2)綠豆湯        |
|     | 6/12 | 週三 | (4)水果        | (1,2,3)洋蔥咖哩雞飯、(3)海帶湯、(4)附餐水果     | (1,2)奶皇包、豆漿   |
|     | 6/13 | 週四 | (1)地瓜湯       | (1,2,3)開陽白菜什錦燴飯、(4)附餐水果          | (1,2,3)大滷麵    |
|     | 6/14 | 週五 | (4)水果        | (1,2,3)榨菜肉絲麵、(4)附餐水果             | (1)小米粥        |
| 第三週 | 6/17 | 週一 | (4)水果        | (1,2,3)瓠瓜玉米粥、(4)附餐水果             | (1,2)紅豆西米露    |
|     | 6/18 | 週二 | (1,2)玉米濃湯    | (1,2,3)日式拉麵、(4)附餐水果              | (2)綠豆湯        |
|     | 6/19 | 週三 | (4)水果        | (1)香蒜義大利麵、(3)金針湯、(4)附餐水果         | (1)吐司、麥茶      |
|     | 6/20 | 週四 | (1,2)薏仁湯     | (1,2,3)青菜肉絲麵、(4)附餐水果             | (1,3)鮮菇絲瓜粥    |
|     | 6/21 | 週五 | (4)水果        | (1,2,3)蛋炒飯、(3)海帶湯、(4)附餐水果        | (1,3)紅豆紫米粥    |
| 第四週 | 6/24 | 週一 | (1,2)牛奶燕麥粥   | (1,2,3)廣東粥、(4)附餐水果               | (1,2,3)什錦米粉湯  |
|     | 6/25 | 週二 | (1,2)薏仁燕麥粥   | (1,2,3)什錦肉絲炒麵、(2,3)金針排骨湯、(4)附餐水果 | (2)綠豆湯        |
|     | 6/26 | 週三 | (4)水果        | (1,2,3)鮮菇燴飯、(3)紫菜湯、(4)附餐水果       | (1,2)肉包、(2)豆漿 |
|     | 6/27 | 週四 | (1,2)牛奶脆片    | (1,2,3)瓠瓜豬肉粥、(4)附餐水果             | (1,2)紅豆湯圓     |
|     | 6/28 | 週五 | (4)水果        | (1,2,3)榨菜肉絲麵、(4)附餐水果             | 冬瓜仙草蜜         |

備註：1. 每週三、五上午點心時間提供檸檬水，每週一、二、四上午點心提供元氣茶(黨蔘、黃耆)

2. 每日餐點均含 1. 全穀根莖類、2. 豆魚肉蛋類、3. 蔬菜類及4. 水果類等四大類食物。

3. 本園一律使用國產豬肉食材