

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園
109 學年度第 2 學期 6 月份餐點表

		一	二	三	四	五
第一週	早點心		6/1 時令水果兩種	6/2 時令水果兩種	6/3 時令水果兩種	6/4 時令水果兩種
	午 餐		• 米飯 • 肉末豆腐 • 時令蔬菜 • 洋蔥炒蛋	• 肉羹麵 • 時令蔬菜	• 米飯 • 紅蘿蔔燉肉 • 時令蔬菜 • 香炒綠豆芽	• 米飯 • 玉米炒蛋 • 時令蔬菜 • 炒蒲瓜
				白蘿蔔排骨湯	大黃瓜貢丸湯	酸辣湯
	午點心		仙草蜜	雞蓉粥	綠豆湯	吐司
第二週	早點心	6/7 時令水果兩種	6/8 時令水果兩種	6/9 時令水果兩種	6/10 時令水果兩種	6/11 時令水果兩種
	午 餐	• 米飯 • 糖醋雞丁 • 時令蔬菜 • 白菜滷	• 米飯 • 咖哩雞丁 • 時令蔬菜 • 香煎豆腐	• 肉絲蛋炒飯 • 時令蔬菜	• 米飯 • 洋蔥炒雞柳 • 時令蔬菜 • 金針菇絲瓜	• 米飯 • 滷海帶豆干 • 時令蔬菜 • 地瓜煎餅
			大黃瓜排骨湯	吻仔魚莧菜湯	南瓜濃湯	玉米排骨湯
	午點心	香煎蘿蔔糕	檸檬愛玉	關東煮	水煮蛋	吐司
第三週	早點心	6/14	6/15 時令水果兩種	6/16 時令水果兩種	6/17 時令水果兩種	6/18 時令水果兩種
	午 餐	端午節放假一天	• 米飯 • 洋蔥壽喜豬 • 時令蔬菜 • 芹菜甜不辣	• 咖哩飯 • 時令蔬菜	• 米飯 • 紅燒肉 • 時令蔬菜 • 魚板燴黃瓜	• 米飯 • 炒三菇 • 時令蔬菜 • 毛豆炒山藥
				豆腐味噌湯	魚丸芹菜湯	牛蒡雞湯
	午點心		黑糖饅頭	什錦蔬菜粥	地瓜甜湯	吐司
第四週	早點心	6/21 時令水果兩種	6/22 時令水果兩種	6/23 時令水果兩種	6/24 時令水果兩種	6/25 時令水果兩種
	午 餐	• 米飯 • 土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 鮮菇蒸蛋	• 米飯 • 瓜子蒸肉 • 時令蔬菜 • 炒三色豆	• 滷肉飯 • 時令蔬菜	• 米飯 • 蒜泥白肉 • 時令蔬菜 • 蔥燒百頁	• 米飯 • 金沙豆腐 • 時令蔬菜 • 炒綠花椰菜
			蔬菜湯	冬瓜湯	薑絲海帶湯	金針排骨湯
	午點心	玉米瘦肉粥	西米露	蔬菜煎餅	素湯麵	吐司
第五週	早點心	6/28 時令水果兩種	6/29 時令水果兩種	6/30 時令水果兩種		
	午 餐	• 米飯 • 紅燒獅子頭 • 時令蔬菜 • 炒三菇	• 米飯 • 滷小雞腿 • 時令蔬菜 • 蔥香煎蛋	• 金瓜米粉 • 時令蔬菜		
			竹筍湯	黃豆芽排骨湯	鮮魚味噌湯	
	午點心	絲瓜麵線	銀絲卷	麵疙瘩		

【註】* 水果之廠商為「四季水果食品公司」；餐點由廚工烹調：麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」

* 菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

* 食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廚工：