**臺南市私立凱迪斯幼兒園一一二學年度第二學期七月份餐點表**

| 日期 | 星期 | 上午點心  (詳列主要食材) | 午 餐  (詳列主要食材) | 水果  (詳列名稱) | 下午點心  (詳列主要食材) | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 一 | 絲瓜麵線 | 鮪魚蛋炒飯(鮪魚.玉米.蛋)、  不酸不辣湯(胡蘿蔔.豆腐.筍絲.木耳) | 木瓜 | 山粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 2 | 二 | 皮蛋瘦肉粥(皮蛋.肉絲.玉米) | 香菇肉燥飯(肉燥、香菇)、清炒芥藍菜、四神湯(排骨、淮山、薏仁、蓮子、茯苓) | 蘋果 | 紅棗銀耳 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 3 | 三 | 翡翠  吻仔魚粥 | 五穀胚芽飯、胡蘿蔔炒蛋、  扁魚白菜(扁魚、大白菜)、  山藥排骨湯 | 芭樂 | 仙草蜜 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 4 | 四 | 果醬吐司  麥茶 | 水餃(高麗菜、豬肉、蔥)、  青菜蛋花湯(小白菜、蛋) | 香蕉 | 黑糖小珍珠 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 5 | 五 | 南瓜瘦肉粥(南瓜.絞肉.胡蘿蔔) | 客家炒粄條(肉絲、高麗菜、  胡蘿蔔、木耳、香菇)、  薑絲蛤蠣湯 | 西瓜 | 米果  檸檬紅茶 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 8 | 一 | 滑蛋麵線 | 滑蛋豬肉燴飯(豬肉片、香菇、蛋)、清炒油菜、竹筍湯 | 木瓜 | 紅豆薏仁 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 9 | 二 | 雞蓉  玉米粥 | 白飯、海帶芽炒蛋、蒜香地瓜葉、排骨黃豆芽湯 | 鳳梨 | 關東煮  (米血.甜不辣.白蘿蔔) | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 10 | 三 | 五彩鹹粥  (甜椒.四季豆.絞肉) | 金瓜炒米粉(南瓜.肉絲.高麗菜.香菇)、排骨黃豆芽湯 | 芭樂 | 地瓜甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 11 | 四 | 菠菜鮪魚粥 | 五穀胚芽飯、瓜仔肉燥、炒大陸妹、五香豆干、貢丸湯 | 香蕉 | 蘿蔔糕湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 12 | 五 | 豆腐粉絲煲  (油豆腐、冬粉、高麗菜) | 咖哩雞丁飯(雞胸肉、洋蔥、  馬鈴薯、胡蘿蔔) | 西瓜 | 杏仁愛玉 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 15 | 一 | 小饅頭  麥茶 | 蕈菇燴飯(鮮香菇、杏鮑菇、金針菇、秀珍菇、豆腐絲、彩椒) | 木瓜 | 綠豆粉角 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 16 | 二 | 番茄煨麵(番茄.蛋.高麗菜.麵) | 白飯、蔥爆豬肉、莧菜炒銀魚、黃豆芽排骨湯 | 蘋果 | 玉米濃湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 17 | 三 | 小米粥  蔥花蛋 | 肉羹飯(肉羹、筍絲、大白菜、豆腐、胡蘿蔔、木耳) | 鳳梨 | 椰香西米露 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 18 | 四 | 肉鬆地瓜粥 | 雙麥胚芽飯、肉末燒豆腐、高麗菜炒豆皮、冬瓜排骨湯 | 香蕉 | 紅棗銀耳 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 19 | 五 | 香菇  玉米粥 | 鍋燒意麵(肉絲、火鍋料、小白菜、高麗菜、蛤蜊、金針菇等) | 西瓜 | 黑糖小珍珠 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 22 | 一 | 當歸麵線  (鴻喜菇.  枸杞.麵線) | 夏威夷蛋炒飯(鳳梨、蛋、火腿、青江菜)、四神湯(排骨、淮山、薏仁、蓮子、茯苓) | 木瓜 | 紅豆紫米 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 23 | 二 | 魚片蔬菜粥  (虱目魚、高麗菜) | 麻醬涼麵(胡蘿蔔.小黃瓜.蛋)、豆腐味噌湯 | 蘋果 | 餛飩湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 24 | 三 | 小饅頭  麥茶 | 白飯、糖醋雞丁(洋蔥、雞胸肉)、蒜香菠菜、雙色蘿蔔湯 | 芭樂 | 芋圓甜湯 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 25 | 四 | 古早味鹹粥 (高麗菜.豬絞肉.香菇) | 雙麥胚芽飯、馬鈴薯燉肉(馬鈴薯、胡蘿蔔、五花肉)、燙大陸妹、大頭菜湯 | 鳳梨 | 肉羹雞絲麵 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 26 | 五 | 蔬菜肉末粥(菠菜.絞肉) | 親子丼飯(雞丁.洋蔥.蛋)、  燙空心菜、海帶芽豆腐味噌湯 | 西瓜 | 仙草蜜 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 29 | 一 | 絲瓜麵線(絲瓜.蛋.麵線) | 榨菜肉絲湯麵(陽春麵、肉絲、小白菜、豆芽菜、榨菜) | 木瓜 | 山粉圓 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 30 | 二 | 莧菜小魚粥 | 雞肉絲飯、扁魚白菜、三杯杏鮑菇、紫菜蛋花湯 | 蘋果 | 椰香西米露 | **V** | **V** | **V** | **V** |
| 31 | 三 | **畢業典禮補假** | | | | | | | |

2

承辦人：林育嫺 園長/負責人：陳雪芬