

東園國小附設幼兒園(6月菜單)



日期	星期	早點	午餐						午點	主食類 (份)	豆肉魚蛋 (份)	蔬菜 (份)	水果 (份)	奶類 (份)	油脂 (份)	熱量 (Kcal)	
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	水果									
6月2日	一	貢丸湯 貢丸*2,大黃瓜	海苔飯	南瓜燒肉 肉片,南瓜	蕃茄炒蛋 蕃茄,蛋	應青	海芽味噌湯 味噌,海帶芽,大骨	水果	水果拼盤 水果2種	4.2	2.8	1.2	1	0	2	684	
6月3日	二	古早味蒲瓜粥 絞肉,蒲瓜,木耳,蝦米	燕麥飯	豆腐肉末 絞肉,豆腐,蔥	拌炒高麗菜 高麗菜,角螺,紅蘿蔔	應青	肉骨茶湯 肉骨茶包,白蘿蔔,肉絲	水果	鹹奶油餐包+鮮乳	6.5	2	1.7	1	0.8	2	894	
6月4日	三	肉燥乾拌冬粉 絞肉,小白菜,紅蘿蔔,香菇	玉米蛋炒飯+滷豆腐+應青+冬瓜鮑菇湯 玉米粒,紅蘿蔔,洋蔥,蛋,青蔥+手工豆腐+應青+冬瓜,杏鮑菇						水果	水果拼盤 水果2種	5.2	1.7	1.4	1	0	2	677
6月5日	四	乾拌水餃*5	糙米飯	三杯雞 雞丁,米血,鮑菇,九層塔	蛋酥鮮瓜 絲瓜,蛋,薑	應青	紅棗山藥湯 山藥,紅棗,大骨	水果	綠豆薏仁湯 綠豆,小薏仁(少)	6.5	2.5	1.2	1	0	2	823	
6月6日	五	慶生蛋糕	客家炒麵條+香滷雞排+應青+榨菜肉絲湯 麵條,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+生鮮雞排+應青+榨菜,肉絲						水果	水果拼盤 水果2種	4	2	1.3	1	0	2	613
6月9日	一	雞絲麵 雞絲麵,蛋,金針菇,高麗菜	小米飯	麻油肉片 肉片,高麗菜,枸杞	日式蒸蛋 玉米粒,蛋	應青	黃瓜肉片湯 大黃瓜,肉片	水果	水果拼盤 水果2種	5.2	1.6	1.5	1	0	2	672	
6月10日	二	台式鹹粥 高麗菜,絞肉,香菇,蛋	地瓜飯	洋芋燉肉 絞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔	小瓜甜條 小黃瓜,洋蔥,甜條	應青	蔬菜菇菇湯 高麗菜,金針菇,木耳,大骨	水果	奶黃餐包+鮮乳	6.5	1.9	1.8	1	0.8	2	889	
6月11日	三	肉燥乾麵 白扁麵,絞肉,高麗菜,韭菜	高麗菜炊飯+香滷豆包+應青+大滷湯 高麗菜,碎干丁,乾香菇,紅蘿蔔+豆包+應青+豆腐,筍絲,木耳,紅蘿蔔						水果	水果拼盤 水果2種	5.5	2.3	1.5	1	0	2	745
6月12日	四	肉包+決明子茶	五穀飯	冬瓜燒雞 雞丁,冬瓜	塔香油腐 油豆腐,玉米筍,彩椒,九層塔	應青	南瓜肉絲湯 南瓜,肉絲	水果	綜合滷味 甜條,米血,蘿蔔,凍豆腐,海帶	5.5	3.5	1.5	1	0	2	835	
6月13日	五	刈包夾蛋 刈包,蛋,蔥	義大利麵+翅小腿+青花菜+玉米濃湯 螺旋麵,洋蔥,三丁,蕃茄,番茄醬,乳酪絲+翅小腿*2+應青+玉米粒,馬鈴薯,洋蔥,蛋,奶水						水果	水果拼盤 水果2種	4.8	2.2	1.2	1	0.3	2.5	740
6月16日	一	餛飩湯 餛飩*3,小白菜,紫菜	芝麻飯	糖醋雞丁 雞丁,洋蔥,鳳梨罐頭,蕃茄醬	紅娘炒蛋 紅蘿蔔,蛋	應青	冬瓜肉絲湯 冬瓜,肉絲	水果	水果拼盤 水果2種	4.6	2.7	1.7	1	0	2	717	
6月17日	二	鮮蒸蘿蔔糕	麥片飯	蔥燒肉片 肉片,洋蔥,青蔥	炒雙花 青花菜,白花菜,木耳	應青	蕃茄豆腐湯 蕃茄,豆腐,大骨	水果	可頌+鮮乳	6.8	1.4	1.8	1	0.8	2	872	
6月18日	三	滑蛋粥 絞肉,蛋,玉米粒	台式炒麵+滷蛋+應青+芹香蘿蔔湯 白油麵,素火腿,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+滷蛋+應青+白蘿蔔,芹菜						水果	水果拼盤 水果2種	5	1.7	1.3	1	0	2	660
6月19日	四	炒米苔目 米苔目,高麗菜,肉絲,紅蘿蔔	糙米飯	打拋豬 絞肉,洋蔥,蕃茄,九層塔	燉南瓜 南瓜,茶豆,枸杞	應青	紫菜蛋花湯 紫菜,蛋	水果	愛玉山粉圓 愛玉,山粉圓	5.7	1.9	1.4	1	0	2.5	749	
6月20日	五	關東煮 蘿蔔,黑輪,油豆腐,玉米段,柴魚片	沙茶豬肉燴飯+芝麻球*2+應青+海味玉米湯 肉片,高麗菜,紅蘿蔔,木耳+芝麻球*2+應青+海帶結,玉米段,大骨						水果	水果拼盤 水果2種	5	2	1.4	1	0	2	685
6月23日	一	麻油麵線 白麵線,肉片,高麗菜,香菇,枸杞	海苔飯	蘿蔔燒肉 肉片,白蘿蔔,紅蘿蔔	菇菇蒸蛋 金針菇,蛋	應青	羅宋湯 高麗菜,蕃茄,馬鈴薯,肉絲	水果	水果拼盤 水果2種	5.2	2.2	1.5	1	0	2.2	726	
6月24日	二	紅棗冬瓜雞湯 雞丁,香菇,冬瓜,紅棗	薏仁飯	古早味肉燥 絞肉,洋蔥,香菇	鮮炒蒲瓜 蒲瓜,魚羹條,紅蘿蔔	應青	青菜蛋花湯 小白菜,蛋	水果	起司條麵包+鮮乳	5	2.5	2	1	0.8	2	834	
6月25日	三	南瓜鹹粥 南瓜,絞肉,香菇,蛋	炒烏龍麵+三角油腐+應青+味噌豆腐湯 烏龍麵,油片絲,高麗菜,生木耳,紅蘿蔔+三角油腐+應青+豆腐,味噌,柴魚片						水果	水果拼盤 水果2種	5	2	1	1	0	2	675
6月26日	四	珍珠丸子*3	糙米飯	親子丼 雞丁,洋蔥,蛋,洋蔥	鮮蔬粉絲 冬粉,高麗菜,絞肉,紅蘿蔔	應青	玉米鮮湯 玉米段,大骨	水果	鮮蒸地瓜(小*2)+麥茶	5.6	2.3	1.1	1	0	2	742	
6月27日	五	吐司夾蛋 吐司,蛋,蔥	蔥香蛋炒飯+樹子蒸魚+應青+蘿蔔黑輪湯 三丁,洋蔥,蛋,青蔥+樹子,生鮮魚片+應青+白蘿蔔,黑輪						水果	水果拼盤 水果2種	5	2.5	1.1	1	0	2.5	738
6月30日	一	結業式餐盒															

※依合約規範：生鮮豬肉、雞肉皆使用具CAS證明之產品 ※本產品含有過敏原(△海鮮類/◆蛋品類/◎麩質類/⊕花生) · 不適合對其過敏體質者食用