



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義市私立仁愛幼兒園



115 年 8 月幼生餐點計畫

日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/3 一	營養什錦麵	白飯、蜜汁香雞、青翠時蔬、豚骨冬瓜湯、時令水果	雞蛋布丁	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/4 二	清粥、麵筋、肉鬆	白飯、洋芋燉肉、青翠時蔬、蚵仔湯、時令水果	味噌拉麵	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/5 三	滑蛋麵線	咖哩飯、養生菇菇湯、時令水果	番薯芋圓湯	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/6 四	糙米排骨粥	五穀米飯、糖醋排骨、青翠時蔬、枸杞龍骨湯、時令水果	油豆腐細粉	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/7 五	葡萄吐司、麥茶	白飯、香炒魷仔魚、青翠時蔬、雙色蘿蔔湯、時令水果	冬瓜粉圓	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/10 一	蔬菜雞絲麵	白飯、蔥爆雞柳、青翠時蔬、竹筍大骨湯、時令水果	地瓜綠豆湯	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/11 二	地瓜粥、蔥蛋	白飯、三杯雞、青翠時蔬、番茄豆腐湯、時令水果	日式關東煮	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/12 三	香菇板條	三鮮炒麵、玉米排骨湯、時令水果	黑糖珍珠牛奶	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/13 四	鮮菇蔬菜滑粥	五穀米飯、蒜泥白肉、青翠時蔬、海帶芽湯、時令水果	玉米濃湯通心麵	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/14 五	鮮奶饅頭、豆漿	白飯、海帶結燒肉、青翠時蔬、味噌湯、時令水果	八寶粥	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/17 一	陽春麵	白飯、瓜仔雞、青翠時蔬、芹香魚丸湯、時令水果	檸檬愛玉	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/18 二	皮蛋瘦肉粥	白飯、蔥爆豬柳、青翠時蔬、昆布排骨湯、時令水果	滑蛋雞絲麵	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/19 三	客家板條	什錦燴飯、柴魚高湯、時令水果	小米甜湯	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/20 四	清粥、菜脯蛋	五穀米飯、芋香排骨、青翠時蔬、魚皮湯、時令水果	雞肉冬粉	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/21 五	小餐包、麥茶	白飯、蔥爆虱目魚柳、青翠時蔬、冬瓜香菇湯、時令水果	粉條甜湯	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/24 一	鍋燒意麵	白飯、椒鹽雞塊、青翠時蔬、貢丸湯、時令水果	仙草凍	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/25 二	高麗菜粥	白飯、油蔥雞、青翠時蔬、肉骨茶湯、時令水果	古早味擔仔麵	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/26 三	肉燥麵線	麻醬涼麵、五行蔬菜湯、時令水果	綠豆薏仁湯	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/27 四	地瓜粥、紅絲炒蛋	五穀米飯、筍干爌肉、青翠時蔬、蚵仔湯、時令水果	黑糖洋菜凍	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
8/28 五	黑糖饅頭、豆漿	白飯、香菇滷肉、青翠時蔬、黃瓜大骨湯、時令水果	紅豆紫米粥	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
8/31 一	魷仔魚粥	白飯、瓜仔肉燥、青翠時蔬、薑絲豬肝湯、時令水果	冬瓜山粉圓	☒ 全穀雜糧類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類

- 本園一律採用國產豬肉食材。每日午餐飯後皆備有當季水果。
- 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。
- 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。
- 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將作適當修改。
- 本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合、對其過敏體質食用者，請告知班導師。

