

※每週三：食用多種穀類米飯 ※本園一律使用國產牛肉、豬肉食材 ※咖哩使用日本國長野縣進口				
日期	星期	營養早餐	營養午餐	下午點心
7/3	(一)	小肉包、豆漿	黑木耳雞絲、清炒四季豆、三丁蒸蛋、榨菜肉絲湯、水果	綠豆麥角湯
7/4	(二)	什錦鮮蔬粥	腐乳爆肉、豆鼓鮑魚菇、炒高麗菜、蕃茄紫菜湯、水果	葡萄吐司、牛奶
7/5	(三)	小餐包、牛奶	蠔油雞柳、三色豆腐丁、時蔬、佛手瓜排骨湯、水果	蒸餃、麥茶
7/6	(四)	米苔目湯	豆瓣豬柳、花椰炒玉米、炸醬豆干絲、什錦湯、水果	蔥抓餅、枸杞茶
7/7	(五)	地瓜粥、炒蛋	鮮果燴魚柳、紅燒豆腐、清炒青江菜、銀魚絲瓜湯、水果	絲瓜肉絲麵線
7/10	(一)	銀絲卷、豆漿	四喜滑肉絲、金沙筍絲、開陽大黃瓜、紫菜湯、水果	波蘿麵包、牛奶
7/11	(二)	檸檬餐包、牛奶	豌豆炒雞丁、豆乳茄香、清炒三蔬、冬瓜蛤蜊湯、水果	營養瘦肉粥
7/12	(三)	玉米脆片、牛奶	香酥雞排、沙茶小炒、什錦炒蛋、文思豆腐湯、水果	紅豆薏仁湯
7/13	(四)	絲瓜麵線	檸檬魚柳、西芹杏鮑菇、炒高麗菜、金針湯、水果	蔬菜湯餃
7/14	(五)	清粥、小菜	繽紛嫩肉絲、芙蓉蛋、清炒空心菜、銀魚竹筍羹、水果	香菇雞肉麵線
7/17	(一)	黑糖饅頭、豆漿	梅菜肉絲、豆腐燴魚柳、炒時蔬、玉米濃湯、水果	肉絲湯麵
7/18	(二)	香菇瘦肉粥	川三片、魚香茄子、醋溜土豆、白蘿蔔排骨湯、水果	小餐包、牛奶
7/19	(三)	蔬菜湯麵	梅香雞丁、蔥花煎蛋、燜絲瓜、海帶芽湯、水果	蜂蜜蛋糕、牛奶
7/20	(四)	油豆腐冬粉湯	五彩肉丁、豆腐鬆、炒時蔬、鮮菇湯、水果	什錦湯餃
7/21	(五)	玉米雞茸粥	蠔油雞丁、咖哩燴百頁、炒高麗菜、元氣蔬菜湯、水果	燒賣、枸杞茶
7/24	(一)	奶皇包、豆漿	香炒五花、絲瓜炒蛋、三杯土豆、南瓜湯、水果	紅豆薏仁湯
7/25	(二)	絲瓜肉絲麵線	滷雞腿、蠔油燴雙菇、時蔬、肉羹湯、水果	酥皮蛋糕、牛奶
7/26	(三)	草莓吐司、牛奶	蕃茄雞丁、紅蘿蔔炒蛋、炒高麗菜、味噌菇菇湯、水果	田園蔬菜粥
7/27	(四)	肉絲米粉湯	香酥豬排、炒四寶、紹子豆腐、海帶銀魚湯、水果	滑蛋肉絲湯麵
7/28	(五)	清粥、肉鬆	羅定雞球、肉末蒸蛋、清炒胡瓜、玉米濃湯、水果	蔥抓餅、枸杞茶
7/31	(一)	鮮奶饅頭、豆漿	吉利肉丁、黃瓜三色、炒高麗菜、香菇雞湯、水果	綠豆薏仁湯
8/1	(二)	冬菜冬粉	香炒雞丁、田園咖哩、三色蒸蛋、古早味什錦湯、水果	小餐包、牛奶
8/2	(三)	土司夾蛋、牛奶	茄汁柳肉、五彩豆腐、時蔬、紫菜湯、水果	黑糖豆花
8/3	(四)	玉米雞茸粥	客家小炒、九層塔煎蛋、麻婆豆腐、木耳蘿蔔湯、水果	關東煮
8/4	(五)	香菇米粉湯	沙茶小炒、炒三菇、時蔬、福菜肉絲湯、水果	蒸餃、枸杞茶
8/7	(一)	小肉包、豆漿	糖醋雞柳、炒素什錦、炒時蔬、玉米蛋花湯、水果	紅豆紫米粥
8/8	(二)	芹香米台目	咕咾肉、金沙筍絲、炒時蔬、莧菜湯、水果	可頌麵包、牛奶
8/9	(三)	葡萄吐司、牛奶	(戶外教學-爬爬客樂園) 營養三明治、水果	雞肉鹹粥
8/10	(四)	番茄麵	蘋果雞丁、宮保鮑魚菇、清炒花椰菜、竹筍湯、水果	蔥油餅、麥茶
8/11	(五)	南瓜瘦肉粥	咖哩雞、時蔬、味噌豆腐湯、水果	蔬菜冬粉湯
8/13	(一)	雙色饅頭、豆漿	古早味滷肉、醬爆茄子、蔥花炒蛋、大黃瓜排骨湯、水果	蔬菜湯餃
8/15	(二)	地瓜稀飯、炒蛋	豆醬肉絲、什錦木耳、炒時蔬、銀魚莧菜湯、水果	檸檬餐包、牛奶
8/16	(三)	果醬吐司、牛奶	雙菇燴魚、炒三絲、玉米滑蛋、南瓜排骨湯、水果	關東煮
8/17	(四)	什錦湯麵	回鍋肉、五寶豆腐、炒時蔬、柴魚海帶湯、水果	綠豆麥片湯
8/18	(五)	綜合鮮菇粥	雙蔬雞柳、玉米炒蛋、炒高麗菜、金針肉絲湯、水果	玉米脆片、牛奶

戶外教學：7/12(三)-郵政博物館、8/9(三)-爬爬客樂園

暑假班 7/3-8/18 8/21-8/25 幼生放假 8/29 112 學年度開學日