臺北市私立小綠山森林幼兒園113年七月餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| * **本菜單係參考臺北市政府教育局「幼兒健康食譜」之內容所製定，如相關食材因天氣因素無法獲得，將依實際可獲得的食材逕行調整，不另行通告。** * **水果依當季盛產的芭樂、蘋果、葡萄、香蕉、鳯梨、火龍果及西瓜為主。** * **本園均採購國產豬肉製品入菜。** * **本月份『季節時蔬』採購臺灣「自然農法」所種植的有機季節蔬菜。** | | | | | | | | | | | | |
| 1 (星期一) | | | 2 (星期二) | | | | 3 (星期三) | | 4 星期四) | | 5 (星期五) | |
| 早 餐  蔥抓餅  柚子茶  下午點心  小餐包  蘋果汁  水果 | | 午 餐  黑芝麻飯  **韭菜雞肉絲**  紅燒豆腐  季節蔬菜  **鮮魚豆腐湯** | 早餐  玉米麥片  牛奶  下午點心  奶皇包  豆漿  水果 | 午餐  地瓜飯  **洋蔥豬柳**  糖醋杏鮑菇  季節蔬菜  **海帶芽蛋花湯** | | | 早餐  花椰菜、鳥蛋、 豆漿  下午點心  紅豆芋圓湯  水果 | 午 餐  糙米飯  **咖哩雞**  三絲炒芹菜  季節蔬菜  **蘿蔔排骨湯** | 早餐  銀絲卷  豆漿  下午點心  **生日蛋糕**  水果 | 午餐  糙米飯  **紅燒肉片**  紅蘿蔔炒蛋  季節蔬菜  **豆腐味增湯** | 早餐  法式土司  柚子茶  下午點心  愛玉仙草湯  水果 | 午餐  黑芝麻飯  **壽喜燒**  清炒小黃瓜  季節蔬菜  **什綿蔬菜湯** |
| 8 (星期一) | | | 9 (星期二) | | | | 10 (星期三) | | 11 (星期四) | | 12 (星期五) | |
| 早餐  土司夾起司  牛奶  下午點心  水煮玉米  水果 | 午餐  糙米飯  **洋蔥豬柳**  紅蘿蔔炒蛋  季節蔬菜  **山藥雞湯** | | **早餐**  煎餃  麥茶  **下午點心**  古早味蛋糕  柚子茶  水果 | | 午餐  地瓜飯  **瓜子肉醬**  銀魚炒蛋  季節蔬菜  **筍片排骨湯** | | 早 餐  蘿蔔糕炒蛋  下午點心  銀絲卷  豆漿  水果 | 午餐  **水餃**  季節時蔬  **玉米蛋濃湯** | 早餐  菠菜粥  下午點心  小兔包  豆漿  水果 | 午 餐  黑芝麻飯  **醬燒白肉**  雙花椰菜  季節蔬菜  **蘿蔔排骨湯** | 早 餐  銀絲卷  豆漿  下午點心  肉羮麵線  水果 | 午餐  糙米飯  **鳳梨雞丁**  紅燒豆腐  季節蔬菜  **番茄蛋花湯** |
| 15 (星期一) | | | 16 (星期二) | | | | 17 (星期三) | | 18 (星期四) | | 19(星期五) | |
| 早餐  煎餃  麥茶  下午點心  小餐包  牛奶  水果 | | 午餐  地瓜飯  **芹菜炒肉片**  糖醋杏鮑菇  季節蔬菜  **鮮魚豆腐湯** | 早餐  田園蔬菜粥  下午點心  小肉包  麥茶  水果 | | | 午餐  糙米飯  **香煎排骨**  紅燒豆腐  季節蔬菜  **香菇雞湯** | 早餐  蔥抓餅  豆漿  下午點心  海苔酥飯糰  水果 | 午 餐  **番茄肉醬義大利麵**  季節蔬菜  **金瓜特製濃湯** | 早餐  蔬菜蛋餅  豆漿  下午點心  綠豆薏仁湯  水果 | 午 餐  糙米飯  **韭菜炒雞肉絲**  蒜苗炒豆干  季節蔬菜  **豆腐味增湯** | 早餐  鳥蛋、花椰菜牛奶  下午點心  高纖地瓜湯  水果 | 午餐  黑芝麻飯  **壽喜燒**  清炒小黃瓜  季節蔬菜  **番茄蛋花湯** |
| 22 (星期一) | | | 23 (星期二) | | | | 24 (星期三) | | 25 (星期四) | | 26 (星期五) | |
| 早餐  蔬菜蛋餅  豆漿  下午點心  可頌麵包  柚子茶  水果 | | 午 餐  糙米飯  **鳳梨雞丁**  紅燒豆腐  季節蔬菜  **什綿蔬菜湯** | 早餐  蘿蔔糕炒蛋  下午點心  法式土司  麥茶  水果 | | | 午餐  黑芝麻飯  **紅燒獅子頭**  螞蟻上樹  季節蔬菜  **紫菜蛋花湯** | 早餐  玉米麥片  牛奶  下午點心  什錦烏龍麵  水果 | 午餐  金瓜炒米粉  **滷棒棒腿**  蔥花蛋  季節蔬菜  **金針菇排骨湯** | 早 餐  小饅頭  豆漿  下午點心  紫米紅豆湯  水果 | 午 餐  糙米飯  **香菇肉燥**  魩仔魚炒蛋  季節蔬菜  **薏仁排骨湯** | 早餐  煎餃  麥茶  下午點心  花生豆花  水果 | 午餐  黑芝麻飯  **香煎鯛魚**  蒸蛋  季節蔬菜  **番茄豆腐湯** |