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** |