

新北市三重區光榮國民中學附設幼兒園 111年度下學期6月份餐點表

日期	星期	早點	午				餐		午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
6/1	四	白菜雲吞湯	五穀飯	筍絲燉肉	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	冬瓜檸檬愛玉	√	√	√	√
6/2	五	鮮菇蟹肉粥	什錦海鮮炒麵			有機蔬菜	黃瓜肉片湯	時令水果	餐包、蔬果汁	√	√	√	√
6/5	一	芝麻包、豆漿	白飯	馬鈴薯燉肉	魚板蒸蛋	有機蔬菜	排骨蘿蔔湯	時令水果	雞茸玉米濃湯	√	√	√	√
6/6	二	鮮蔬湯餃	什錦肉羹燴飯			有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	仙草奶凍	√	√	√	√
6/7	三	雞絲麵	糙米飯	南瓜燒雞	蝦仁豆腐	有機蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	時令水果	馬拉糕、蜂蜜檸檬	√	√	√	√
6/8	四	茭白筍鹹稀飯	地瓜飯	照燒彩蔬魚	滷豆干海帶	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	綠豆地瓜湯	√	√	√	√
6/9	五	生日蛋糕、小麥飲	櫛瓜茄汁肉醬貝殼麵			有機蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	日式關東煮	√	√	√	√
6/12	一	脆片鮮奶	白飯	香菇肉燥	小黃瓜炒甜不辣	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	擔仔麵	√	√	√	√
6/13	二	小魚蛋稀飯	時蔬咖哩雞肉飯			有機蔬菜	海芽豆腐湯	時令水果	地瓜條、決明子	√	√	√	√
6/14	三	什錦板條	五穀飯	三杯雞	紅絲炒蛋	有機蔬菜	薑絲魚片湯	時令水果	紅豆麵包、豆奶	√	√	√	√
6/15	四	肉包、燕麥飲	糙米飯	梅干扣肉	什錦燴黃瓜	有機蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	絲瓜玉米粥	√	√	√	√
6/16	五	皮蛋瘦肉粥	紫米飯	豆醬燒魚	馬鈴薯肉末	有機蔬菜	鳳梨雞湯	時令水果	紅豆糯米粽	√	√	√	√
6/17	六	珍珠丸、薏仁漿	奶油蘑菇雞肉通心麵			有機蔬菜	味噌豆腐蛋花湯	時令水果	豆漿豆花	√	√	√	√
6/19	一	黑糖饅頭、鮮奶	白飯	打拋豬肉	滑蛋絲瓜	有機蔬菜	鮮菇蔬菜湯	時令水果	味噌拉麵	√	√	√	√
6/20	二	鮭魚玉米粥	五穀飯	南洋咖哩雞	香菇豆包	有機蔬菜	黃瓜魚丸湯	時令水果	什錦甜湯	√	√	√	√
6/21	三	肉燥米粉湯	端午肉粽			有機蔬菜	南瓜排骨湯	時令水果	草莓吐司、果汁	√	√	√	√
6/22	四	端午節連假											
6/26	一	鮮奶饅頭、米漿	白飯	瓜仔肉燥	蕃茄炒蛋	有機蔬菜	香菇順氣湯	時令水果	薏仁牛奶麥片	√	√	√	√
6/27	二	雞火粥	水餃		滷雞腿	有機蔬菜	酸辣湯	時令水果	紅豆湯圓	√	√	√	√
6/28	三	絲瓜麵線	糙米飯	樹籽燒魚	香菇豆腐	有機蔬菜	蛤蜊雞湯	時令水果	奶香包、柚子茶	√	√	√	√
6/29	四	芋頭包、決明子	海苔飯	玉米雞丁	干貝冬瓜	有機蔬菜	蕃茄蛋花湯	時令水果	鮮味火鍋	√	√	√	√
6/30	五	南瓜肉粥	蝦仁蛋炒飯			有機蔬菜	味噌貢丸湯	時令水果	玉米脆片奶酪	√	√	√	√

備註：

1. 本園一律使用國產豬肉食材。
2. 本園未使用輻射汙染食品。
3. 本餐點內容如遇特殊情況(貨品短缺、氣候變化、特殊活動等)，會進行適當調整。