

桃園市蘆竹區大華國民小學附設幼兒園114年6月餐點表

| 日期   |   | 早點         | 午餐    |         |         |      |        |    |     | 午點            | 營養分析(份數) |       |     |        |     |    |          |
|------|---|------------|-------|---------|---------|------|--------|----|-----|---------------|----------|-------|-----|--------|-----|----|----------|
|      |   |            | 主食    | 主菜      | 副菜      | 蔬菜   | 湯品     | 水果 | 乳品  |               | 全穀雜糧類    | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 油脂堅果種子 | 奶類  | 水果 | 熱量(kcal) |
| 6/2  | 一 | 香蔥拌麵       | 白米飯   | 豆腐蒸蛋    | 鮮炒杏鮑菇   | 產銷蔬菜 | 海帶結湯   | 水果 | 鮮乳  | 紅豆紫米甜湯        | 5        | 2     | 1.5 | 2      | 0.5 | 1  | 764      |
| 6/3  | 二 | 地瓜粥+蔥蛋     | 糙米飯   | 義式蕃茄肉醬  | 麥克雞塊*2  | 有機蔬菜 | 玉米蛋花湯  | 水果 |     | 南瓜濃湯          | 4.5      | 2     | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 669      |
| 6/4  | 三 | 鮮蔬餛飩湯麵     | 特餐    | 芋頭香菇雜炊飯 | 滷味雙拼    | 產銷蔬菜 | 鮮筍九片湯  | 水果 |     | 奶油小餐包+米漿      | 4.8      | 1.5   | 1.5 | 2.5    | 0   | 1  | 671      |
| 6/5  | 四 | 鯖魚洋蔥炒飯     | 糙米飯   | 三杯魷魚    | 絲瓜滑蛋    | 有機蔬菜 | 現磨豆漿   | 水果 |     | 燒賣*3+紫菜湯      | 4.5      | 2.5   | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 710      |
| 6/6  | 五 | 慶生蛋糕+鮮奶    | 蕎麥糙米飯 | 蘿蔔燒雞    | 馬鈴薯肉末   | 有機蔬菜 | 鮮瓜金菇湯  | 水果 |     | 麥克雞塊*3+玉米濃湯   | 4        | 2     | 1.5 | 3.5    | 0.5 | 1  | 761      |
| 6/9  | 一 | 木須炒粿仔條     | 白米飯   | 筍乾油腐    | 三色炒蛋    | 產銷蔬菜 | 榨菜粉絲湯  | 水果 | 優酪乳 | 仙草凍鮮奶         | 4        | 1.5   | 1.5 | 2      | 1   | 1  | 712      |
| 6/10 | 二 | 雞丁炒飯       | 糙米飯   | 香菇肉燥    | 鮮瓜燴菇    | 有機蔬菜 | 白菜羹湯   | 水果 |     | 茶葉蛋+青菜湯       | 4        | 2.5   | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 675      |
| 6/11 | 三 | 蘿蔔糕炒蛋      | 特餐    | 炸醬拌麵    | 鹽水雞     | 產銷蔬菜 | 蘿蔔排骨湯  | 水果 |     | 中華愛玉          | 4        | 2     | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 634      |
| 6/12 | 四 | 滑蛋瘦肉粥      | 糙米飯   | 香滷翅小腿*2 | 麻婆豆腐    | 有機蔬菜 | 綠豆薏仁   | 水果 |     | 鍋貼*3+味噌湯      | 4.5      | 2     | 1.5 | 1.5    | 0   | 1  | 646      |
| 6/13 | 五 | 杯子蛋糕*1+燕麥奶 | 五穀糙米飯 | 香酥魚丁    | 麵輪海帶結   | 有機蔬菜 | 蕃茄豆腐湯  | 水果 |     | 穀物脆片+鮮奶       | 4.5      | 2     | 1.5 | 3      | 0.5 | 1  | 774      |
| 6/16 | 一 | 什錦炒烏龍      | 高鈣芝麻飯 | 糖醋豆包    | 鮮菇炒蛋    | 產銷蔬菜 | 海芽湯    | 水果 | 鮮乳  | 桂圓銀耳地瓜        | 5        | 2     | 1.5 | 2      | 0.5 | 1  | 764      |
| 6/17 | 二 | 蕃茄烘蛋麵      | 糙米飯   | 蔥燒魚丁    | 絲瓜麵線    | 有機蔬菜 | 大黃瓜排骨湯 | 水果 |     | 豬肉餡餅+蔬菜湯      | 5        | 2     | 1.5 | 3      | 0   | 1  | 749      |
| 6/18 | 三 | 古早味飯湯      | 特餐    | 日式炒烏龍   | 照燒雞排丁   | 產銷蔬菜 | 味噌豆腐湯  | 水果 |     | 山藥排骨湯         | 4.5      | 2     | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 669      |
| 6/19 | 四 | 鮮蔬魚片刀切麵    | 糙米飯   | 蔥燒雞丁    | 椰香咖哩油腐  | 有機蔬菜 | 現磨豆漿   | 水果 |     | 水煎包*1+紫菜蛋花湯   | 4        | 2     | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 634      |
| 6/20 | 五 | 麵線糊        | 地瓜飯   | 紅糟滷肉    | 高麗菜炒豆干片 | 產銷蔬菜 | 肉骨茶    | 水果 |     | 小鮮肉包*2+薏仁米漿   | 4.5      | 2.5   | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 710      |
| 6/23 | 一 | 義大利肉醬麵     | 白米飯   | 紅蘿蔔炒蛋   | 紹子豆腐    | 產銷蔬菜 | 四神湯    | 水果 | 優酪乳 | 綠豆QQ甜湯        | 5        | 2     | 1.5 | 2      | 0.5 | 1  | 764      |
| 6/24 | 二 | 鍋燒意麵       | 糙米飯   | 腐乳燒雞    | 玉米海茸    | 有機蔬菜 | 番茄蛋花湯  | 水果 |     | 海鮮巧達濃湯        | 4.5      | 2     | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 669      |
| 6/25 | 三 | 玉米蛋炒飯      | 特餐    | 金瓜炒米粉   | 什錦魷魚排*1 | 產銷蔬菜 | 魷魚羹湯   | 水果 |     | 切達起司貝果+鮮奶     | 5        | 2     | 1.5 | 3.5    | 0.7 | 1  | 855      |
| 6/26 | 四 | 吻仔魚蔬菜粥     | 糙米飯   | 義大利香料燉雞 | 豆芽炒黑輪   | 有機蔬菜 | 八寶甜湯   | 水果 |     | 糯米珍珠丸*2+蘿蔔貢丸湯 | 4.5      | 2.5   | 1.5 | 2      | 0   | 1  | 710      |
| 6/27 | 五 | 酸辣湯餃       | 紫米糙米飯 | 蠔油鮑菇雞   | 毛豆玉米肉末  | 有機蔬菜 | 紅棗木瓜湯  | 水果 |     | 蔥肉餡餅*2+麥茶     | 4.5      | 2.5   | 1.5 | 2.5    | 0   | 1  | 733      |
| 6/30 | 一 | 肉燥乾麵       | 白米飯   | 咖哩燒豆腐   | 洋蔥炒蛋    | 有機蔬菜 | 黃耆補氣湯  | 水果 | 鮮乳  | 葡萄吐司+豆漿       | 4.5      | 2     | 1.5 | 2      | 0.5 | 1  | 729      |

\*菜單中含有食品過敏原,有特殊過敏體質用餐前請先注意菜單以下食材:  
(一)甲殼類及其製品。(二)芒果及其製品。(三)花生及其製品。(四)牛奶、羊奶及其製品。(五)蛋及其製品。(六)堅果類及其製品。(七)芝麻及其製品。(八)含麩質之穀物及其製品(九)大豆及其製品。  
(十)魚類及其製品。(十一) 使用亞硫酸鹽類等  
\*蔬菜為預先排定,受天氣及採收期等因素影響,若有調動敬請見諒  
\*豬肉來源:國產(臺灣)豬