

# 苗栗縣私立佳佳幼兒園 113 年 8 月 餐點表

	早點	午餐					午點	餐點類別檢核				
日期	點心	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果	下午點心	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	滑蛋粥	三色丁火腿炒飯(白飯、玉米、紅蘿蔔、毛豆、豬肉末)			根莖葉菜類 季節時蔬	蘿蔔九片湯	當季鮮果	湯米粉	✓	✓	✓	✓
2	麵線羹	白米飯	洋蔥雞丁	豆皮炒青花		蔬菜豆腐湯	當季鮮果	紅豆西米露	✓	✓	✓	✓
3												
4												
5	叻仔魚粥	水餃			根莖葉菜類 季節時蔬	海帶蛋花湯	當季鮮果	綠豆麥片湯	✓	✓	✓	✓
6	黑糖饅頭、牛奶	白米飯	香菇豆干肉燥	番茄炒蛋		金針湯	當季鮮果	玉米滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
7	高麗菜粥	糙白米飯	三色丁肉末	麻婆豆腐		味噌湯	當季鮮果	仙草粉條	✓	✓	✓	✓
8	草莓吐司、豆漿	什錦肉羹燴飯(白飯、肉羹、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔、香菇絲)				蘿蔔大骨湯	當季鮮果	肉絲湯麵	✓	✓	✓	✓
9	九片湯麵	白米飯	杏鮑菇雞丁	豆干		蔬菜湯	當季鮮果	玉米棒	✓	✓	✓	✓
10									✓	✓	✓	✓
11											✓	✓
12	叻仔魚粥	白米飯	梅干肉燥	洋蔥炒蛋	根莖葉菜類 季節時蔬	蘿蔔九片湯	當季鮮果	養生地瓜湯	✓	✓	✓	✓
13	鮮奶饅頭、牛奶	雞絲炒麵(黃麵、紅蘿蔔、洋蔥、雞絲)				豆腐菇菇湯	當季鮮果	魚片滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
14	什錦蔬菜麵	白米飯	南瓜燉肉	蒸蛋		冬瓜湯	當季鮮果	嫩仙草	✓	✓	✓	✓
15	草莓吐司、豆漿	咖哩雞飯(白飯、雞肉、洋蔥、紅蘿蔔)				紫菜蛋花湯	當季鮮果	玉米滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
16	香菇麵線	糙白米飯	毛豆雞丁	蔥燒豆腐		山藥排骨湯	當季鮮果	慶生會	✓	✓	✓	✓
17												
18												
19	蔬菜粥	白米飯	瓜仔肉燥	絲瓜冬粉	根莖葉菜類 季節時蔬	海帶豆腐湯	當季鮮果	綠豆西米露	✓	✓	✓	✓
20	黑糖饅頭、牛奶	鮮菇高麗菜肉絲炒麵(鴻喜菇、香菇、豬肉)				蔬菜九片湯	當季鮮果	雞蛋營養粥	✓	✓	✓	✓
21	南瓜粥	白米飯	洋蔥肉絲	滑蛋豆腐		蘿蔔大骨湯	當季鮮果	紅豆QQ	✓	✓	✓	✓
22	草莓吐司、豆漿	什錦炒飯(白飯、肉絲、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔、香菇絲)				玉米濃湯	當季鮮果	芋頭粥	✓	✓	✓	✓
23	麵線羹	糙白米飯	咖哩雞丁	三杯鮑菇		紫菜銀魚湯	當季鮮果	紫米麥片	✓	✓	✓	✓
24												
25												
26	皮蛋瘦肉粥	白米飯	蘿蔔滷肉	菜脯蛋	根莖葉菜類 季節時蔬	海帶排骨湯	當季鮮果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
27	鮮奶饅頭、牛奶	肉絲炒麵(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、豬肉)				玉米濃湯	當季鮮果	雞茸玉米粥	✓	✓	✓	✓
28	絲瓜麵條	白米飯	糖醋魚片	煎豆腐		紫菜蛋花湯	當季鮮果	綠豆西米露	✓	✓	✓	✓
29	草莓吐司、豆漿	南瓜飯(南瓜、肉末)				綜合菇菇湯	當季鮮果	滑蛋粥	✓	✓	✓	✓
30	蔬菜蛋花麵	白米飯	照燒雞丁	花椰菜炒木耳		蔬菜湯	當季鮮果	嫩仙草	✓	✓	✓	✓
31												

※本園一律使用國產豬肉食材。

※當天食材如有幼兒對食物過敏者，請事先告知老師。

※菜色以當日新鮮食材為主，餐點上會稍微異動。