

臺南市私立法王子托嬰中心 109 學年度第二學期 7 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
1	四	吐司	蔬菜雞肉粥 當季水果	養生饅頭 杏仁茶	米飯、饅頭	雞肉、蛋	香菇、洋蔥、 金針、時蔬	當季水果
2	五		水餃 海鮮濃湯 當季水果	薏仁綠豆湯	麵皮、綠 豆、薏仁	豬肉、蝦仁、 花枝、柴魚	高麗菜、紅蘿蔔	當季水果
5	一	吐司	南洋風味雞肉炒飯 山藥排骨湯 當季水果	乳酪麵包 牛奶	米飯、麵包	雞肉、排骨、 牛奶、乳酪	山藥、白蘿蔔、 甜椒、敏豆	當季水果
6	二		海鮮什錦湯麵 當季水果	雞蛋糕 麥茶	麵條、麥茶	雞肉、魚板、 蝦仁、花枝	紅蘿蔔、時蔬、 香菇、黑木耳	當季水果
7	三		滷油豆腐肉燥飯 筍絲香菇湯 當季水果 有機時蔬	山粉圓	米飯、山粉 圓	豆腐、豬肉、 油豆腐	筍絲、香菇、時 蔬	當季水果
8	四		養生清粥小菜 紅蘿蔔炒蛋 當季水果	蔥花捲 豆漿	米飯、麵飯	豆漿、肉鬆、 雞蛋	紅蘿蔔	當季水果
9	五		雞肉起司拉麵 當季水果	餛飩蛋花湯	麵條、餛飩 皮	雞肉、豬肉、 蛋、起司	高麗菜、黑木 耳、菇類	當季水果
12	一	吐司	花椰菜蛋炒飯 四神湯 當季水果	菠蘿麵包 麥茶	米飯、麵 包、四神、 麥茶	雞蛋	花椰菜、高麗 菜、玉米	當季水果
13	二		清燉豬肉麵 當季水果	果醬吐司 養生茶	麵條、枸杞 吐司	豬肉	紅蘿蔔、高麗 菜、菇類 白蘿蔔	當季水果
14	三		紅燒鮮菇雞肉飯 榨菜肉絲湯 當季水果 有機時蔬	銀耳紅棗湯	米飯、紅棗	雞肉、豬肉	香菇、時蔬、 紅蘿蔔、榨菜、 白木耳、小白 菜、黑木耳	當季水果

15	四	吐 司	肉片滑蛋粥 當季水果	五穀饅頭 黃金柚子茶	米飯、五穀 饅頭	雞蛋、豬肉	高麗菜	當季水果
16	五		醬燒雞肉拌飯 當季水果	水煮蛋 養生茶	飯、紅棗	雞肉、雞蛋	香菇、黑木耳	當季水果
19	一	吐 司	日式蔬菜炒飯 豆腐蛋花湯 當季水果	肉鬆麵包 洛神花茶	米飯、肉鬆 麵包	豆腐、雞蛋、 肉鬆	洋蔥、黑木耳、 高麗菜、紅蘿蔔	當季水果
20	二		洋蔥蕃茄雞蛋麵 當季水果	山東大餅 豆漿	麵、大餅	雞蛋、雞肉 絲、豆漿	洋蔥、番茄、高 麗菜、豆芽菜	當季水果
21	三		肉醬豆腐飯 紫菜蛋花湯 當季水果 有機時蔬	青菜貢丸湯	飯	肉醬、豆腐、 雞蛋、貢丸	小白菜、紫菜、 時蔬	當季水果
22	四		時蔬肉片雞蛋粥 當季水果	黑糖饅頭 洛神花	米飯、饅頭	肉片、雞蛋	洋蔥、高麗菜、 蔥、菇類	當季水果
23	五		雞肉蔬菜燴飯 養生藥膳湯 當季水果	紅豆紫米湯	飯、紅豆 、紫米	雞肉、雞蛋	洋蔥、花椰菜、 白蘿蔔、黑木耳	當季水果
26	一	吐 司	薑黃蔬食炒飯 蘿蔔豬肉湯 當季水果	蔓越莓乳酪麵包 決明子	米飯、麵 包、決明子	豬肉、乳酪	高麗菜、香菇、 白蘿蔔、青豆 仁、玉米粒	當季水果
27	二		鮮菇梅花肉湯麵 當季水果	愛玉蜜	飯、愛玉	梅花肉、雞蛋	芹菜、豆芽菜 、香菇、菠菜	當季水果
28	三		瓜仔肉燥飯 大黃瓜貢丸湯 當季水果 有機時蔬	旗魚黑輪	飯、旗魚黑 輪	豬肉、貢丸、 雞蛋	大黃瓜、時蔬	當季水果
29	四		養生菇粥 當季水果	三角葡萄饅頭 豆漿	米飯、饅頭	雞肉、雞蛋	菇類、黑木耳、 高麗菜	當季水果
30	五		白醬義大利麵 南瓜濃湯 當季水果	關東煮	麵條、芋頭 餅	牛奶、雞肉	南瓜、花椰菜、 豌豆、蘑菇、菜 頭	當季水果

以上菜單會因應季節、食材供應而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》