

新北市興仁國小附設幼兒園111學年度第二學期6月份菜單

日期	星期	早點	午 餐						午點	餐點類別檢核表				
			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	豆漿吐司+決明子茶	胚芽飯	三杯素雞	燉馬鈴薯	有機蔬菜	味噌海帶芽湯	時令水果	芝麻包+豆漿	✓	✓	✓	✓	✓
6/2	五	滑蛋瘦肉粥	肉醬義大利麵			有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	生日蛋糕	✓	✓	✓	✓	✓
6/5	一	鮮奶吐司+米漿	白米飯	鳳梨雞丁	麻婆豆腐	有機蔬菜	鮮菇湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓	✓
6/6	二	餐包+豆漿	白米飯	蒜泥白肉	蛤蜊絲瓜	有機蔬菜	榨菜肉絲湯	時令水果	蔥油餅+決明子茶	✓	✓	✓	✓	✓
6/7	三	雞絲麵	素咖哩飯			有機蔬菜	豆皮白菜湯	時令水果	奶皇包	✓	✓	✓	✓	✓
6/8	四	肉片麵湯	胚芽飯	滷小棒腿	香煎蔥蛋	有機蔬菜	竹筍湯	時令水果	蒸蘿蔔糕	✓	✓	✓	✓	✓
6/9	五	牛奶饅頭+決明子茶	白米飯	毛豆燴蝦仁	客家小炒	有機蔬菜	魚丸湯	時令水果	玉米脆片+牛奶	✓	✓	✓	✓	✓
6/12	一	蛋餅+牛奶	雞肉蛋炒飯			有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓	✓
6/13	二	小餐包	比薩			有機蔬菜	蘿蔔湯	時令水果	餅乾	✓	✓	✓	✓	✓
6/14	三	奶皇包	白米飯	塔香金針菇	香煎豆腐	有機蔬菜	蕃茄蔬菜湯	時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓	✓
6/15	四	湯餃	白米飯	糖醋魚片	炒甜不辣	有機蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	菠蘿麵包+豆漿	✓	✓	✓	✓	✓
6/16	五	漢堡+牛奶	胚芽飯	蔥燒雞腿	毛豆三丁	有機蔬菜	青菜蛋花湯	時令水果	蘇打餅乾+牛奶	✓	✓	✓	✓	✓
6/17	六	鮮奶吐司+豆漿	鮭魚蛋炒飯			有機蔬菜	金針菇蛋花湯	時令水果	綜合QQ湯圓	✓	✓	✓	✓	✓
6/19	一	蛋餅+決明子茶	白米飯	洋蔥肉絲	炒杏鮑菇	有機蔬菜	金針花湯	時令水果	黑糖饅頭	✓	✓	✓	✓	✓
6/20	二	皮蛋瘦肉粥	白米飯	番茄炒蛋	紅燒百頁	有機蔬菜	味噌海帶芽湯	時令水果	雞蛋布丁	✓	✓	✓	✓	✓
6/21	三	玉米脆片+牛奶	白米飯	炒馬鈴薯絲	香菇豆包	有機蔬菜	豆皮白菜湯	時令水果	甜玉米	✓	✓	✓	✓	✓
6/26	一	三明治+牛奶	胚芽飯	土魷魚塊	肉末炒玉米	有機蔬菜	貢丸湯	時令水果	全麥吐司	✓	✓	✓	✓	✓
6/27	二	葡萄吐司+米漿	白米飯	醬爆雞丁	雙色蘿蔔	有機蔬菜	蛤蜊冬瓜湯	時令水果	小兔包+決明子茶	✓	✓	✓	✓	✓
6/28	三	南瓜炒米粉	炒麵			有機蔬菜	山藥排骨湯	時令水果	黑糖銀絲卷	✓	✓	✓	✓	✓
6/29	四	蘿蔔糕湯	水餃			有機蔬菜	竹筍湯	時令水果	牛奶紅豆包	✓	✓	✓	✓	✓
6/30	五	肉鬆麵包	白米飯	京醬肉絲	滷味	有機蔬菜	玉米濃湯	時令水果	檸檬愛玉	✓	✓	✓	✓	✓

備註：(1) 為了配合學校環保減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者：楊老師

承辦人：楊子均	園主任：張映儀	校長：楊順宇
---------	---------	--------