

新北市三重區光興國小附設幼兒園113學年度第二學期六月份餐點表

日期	星期	上午點心	午 餐						下午點心	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
6月2日	一	銀絲卷 柚子茶	白飯	杏鮑菇炒甜椒	南洋四色	有機蔬菜	冬瓜湯	時令水果	愛玉湯	✓	✓	✓	✓
6月3日	二	雞肉末粥	紫米飯	紅燒豬腿肉	炒高麗菜	有機蔬菜	雙菇湯	時令水果	馬拉糕 養樂多	✓	✓	✓	✓
6月4日	三	奶油餐包 鮮奶	海鮮燴麵		優質雞塊	有機蔬菜	海芽蛋花湯	時令水果	地瓜湯	✓	✓	✓	✓
6月5日	四	芋頭米粉	白飯	紅燒獅子頭	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	紅蘿蔔排骨湯	時令水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
6月6日	五	擔仔麵	白飯	香煎鮭魚	肉片絲瓜	有機蔬菜	竹筍排骨湯	時令水果	紅豆麥片湯	✓	✓	✓	✓
6月9日	一	蔬菜玉米粥	白飯	滷素輪	炒豆干	有機蔬菜	青菜豆腐蛋花湯	時令水果	蔬菜吐司 仙草茶	✓	✓	✓	✓
6月10日	二	黑糖小饅頭 黑芝麻豆奶	白飯	芝麻里肌	枸杞甘藍芽	有機蔬菜	馬鈴薯紅蘿蔔排骨湯	時令水果	冬菜冬粉湯	✓	✓	✓	✓
6月11日	三	雙蛋粥	夏威夷炒飯		低脂肉鬆	有機蔬菜	黃瓜湯	時令水果	花生豆花	✓	✓	✓	✓
6月12日	四	關東煮	燕麥米飯	咖哩雞	滷蛋	有機蔬菜	魷魚羹	時令水果	全麥吐司 優酪乳	✓	✓	✓	✓
6月13日	五	南瓜堅果饅頭 冬瓜茶	白飯	肉絲炒豆干	花椰菜	有機蔬菜	鮮魚味噌湯	時令水果	鮮奶酪	✓	✓	✓	✓
6月16日	一	奶酥麵包 米漿	白飯	香菇白菜	醬燒麵腸	有機蔬菜	味噌湯	時令水果	紅白小湯圓	✓	✓	✓	✓
6月17日	二	山藥肉末粥	白飯	油蔥雞	番茄燴豆腐	有機蔬菜	冬瓜湯	時令水果	起司蛋三明治 麥茶	✓	✓	✓	✓
6月18日	三	牛角麵包 決明子茶	乾炒板條		喜相逢	有機蔬菜	海結蘿蔔湯	時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
6月19日	四	肉燥冬粉	燕麥飯	洋蔥肉片	蝦仁炒蛋	有機蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	鮮奶饅頭 柳橙汁	✓	✓	✓	✓
6月20日	五	肉包 蛋花湯	白飯	清蒸鯛魚	洋蔥肉絲	有機蔬菜	番茄蔬菜湯	時令水果	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
6月23日	一	芋頭堅果饅頭 豆漿	白飯	芹菜豆包	清炒花椰菜	有機蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
6月24日	二	芋頭粥	白飯	瓜仔肉	玉米雞丁	有機蔬菜	蘿蔔排骨湯	時令水果	小兔包 紅棗枸杞茶	✓	✓	✓	✓
6月25日	三	絲瓜麵線	香菇油飯		雞腿	有機蔬菜	南瓜排骨湯	時令水果	魚丸湯	✓	✓	✓	✓
6月26日	四	小牛角 麥芽牛奶	五穀米飯	酥炸土魷魚	壽喜燒肉片	有機蔬菜	紅棗雞湯	時令水果	白木耳蓮子湯	✓	✓	✓	✓
6月27日	五	蔬菜肉末粥	白飯	螞蟻上樹	菜脯蛋	有機蔬菜	白菜肉絲湯	時令水果	珍珠丸 麥茶	✓	✓	✓	✓
6月30日	一	雞絲麵	白飯	素紅燒烤麸	番茄滑蛋	有機蔬菜	素豆腐味噌湯	時令水果	餐盒	✓	✓	✓	✓

1. 本菜單含有甲殼類、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等不適合其過敏體質者食用。幼兒如有對食物過敏者，請家長主動告知班級老師，以免誤食造成身體不適。

2. 本餐點由「統鮮美食股份有限公司-洪雅瑋營養師」設計，以少糖少鹽少油調味，季節性食材供應為主，若需適度調整時，敬請見諒！

3. 本園肉類食材採用國產豬肉、牛肉。

4. 本園未使用輻射污染食品。

承辦人

教保員林娟如

教師兼附幼保育組長楊玉珠

園主任

教師兼附幼主任洪翌婷

校(園)長

校長鄭秋嬋