|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **新北市私立及人小學附設新北市私立幼兒園 109年7月** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **日期** | **星期** | **早 點** | **午 餐** | | | | | | | | **午 點** | **餐 點 類 別 檢 核** | | | |
| **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** |
| **1** | **三** | **飯糰** | **糙米飯** | | **醡醬肉燥** | **醬汁帶卷** | | **時令蔬菜** | **冬瓜蛤蜊湯** | **時令水果** | **綜合滷味** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **2** | **四** | **蘿蔔糕** | **糙米飯** | | **白醬雞丁** | **蠔油百頁** | | **時令蔬菜** | **白玉湯** | **時令水果** | **紅豆豆花** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **3** | **五** | **海苔壽司** | **糙米飯** | | **玉米筍燴肉片** | **雞絲干片** | | **時令蔬菜** | **黃豆芽湯** | **時令水果** | **茶葉蛋** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **6** | **一** | **奶酥麵包** | **糙米飯** | | **香酥雞米花** | **蕃茄炒蛋** | | **時令蔬菜** | **紫菜蛋花湯** | **時令水果** | **豆沙包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **7** | **二** | **杯子蛋糕、鮮奶** | **糙米飯** | | **京醬肉絲** | **香滷四方干** | | **時令蔬菜** | **清涼愛玉** | **時令水果** | **鹹稀飯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **8** | **三** | **蔥油餅** | **咖哩燴飯、螞蟻上樹** | | | | | **時令蔬菜** | **虱目魚丸湯** | **時令水果** | **香菇肉羹** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **9** | **四** | **蛋燒餅** | **糙米飯** | **金菇肉絲** | | | **雞片香菇海根** | **時令蔬菜** | **莧菜銀魚湯** | **時令水果** | **香菇絲瓜關廟麵** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **10** | **五** | **海苔壽司** | **義大利肉醬麵、麥克雞塊** | | | | | **時令蔬菜** | **金針湯** | **時令水果** | **三明治** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **13** | **一** | **紅豆麵包** | **糙米飯** | | **梅干細肉** | **雞片鳳尾筍** | | **時令蔬菜** | **榨菜肉絲湯** | **時令水果** | **蔬菜包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **14** | **二** | **蜂蜜蛋糕、鮮奶** | **糙米飯** | | **圓瓜燒雞** | **滷味四角豆腐** | | **時令蔬菜** | **鳳梨甜湯** | **時令水果** | **綠豆QQ圓甜湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **15** | **三** | **飯糰** | **糙米飯** | | **香菇竹筍炒肉絲** | **洋蔥炒蛋** | | **時令蔬菜** | **玉米湯** | **時令水果** | **沙茶魷魚羹** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **16** | **四** | **蘿蔔糕** | **糙米飯** | | **冬瓜醬雞丁** | **大溪黑豆干** | | **時令蔬菜** | **白玉丸片湯** | **時令水果** | **南瓜細肉奶油稀飯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **17** | **五** | **海苔壽司** | **糙米飯** | | **豆豉燒肉** | **酸菜麵腸** | | **時令蔬菜** | **紫菜蛋花湯** | **時令水果** | **茶葉蛋** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **20** | **一** | **奶酥麵包** | **糙米飯** | | **金黃雞丁** | **鮮菇白玉肉絲** | | **時令蔬菜** | **蕃茄豆腐湯** | **時令水果** | **豆沙包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **21** | **二** | **杯子蛋糕、鮮奶** | **香腸香菇蛋炒飯、白玉魚酥羹** | | | | | **時令蔬菜** | **冬瓜QQ園甜湯** | **時令水果** | **紅豆紫米桂圓粥** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **22** | **三** | **蔥油餅** | **糙米飯** | | **三菇肉片** | **紅絲炒蛋** | | **時令蔬菜** | **洋芋湯** | **時令水果** | **魚酥羹** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **23** | **四** | **蛋燒餅** | **糙米飯** | | **米豆醬雞丁** | **彩燴海絲** | | **時令蔬菜** | **白玉湯** | **時令水果** | **細肉銀魚糙米粥** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **24** | **五** | **海苔壽司** | **水餃** | | | | | | **酸辣湯** | **時令水果** | **三明治** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **27** | **一** | **克林姆麵包** | **糙米飯** | | **細肉蝦仁蒸蛋** | **花生麵筋** | | **時令蔬菜** | **味噌湯** | **時令水果** | **鮮肉包** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **28** | **二** | **蜂蜜蛋糕、鮮奶** | **糙米飯** | | **蕃茄雞丁** | **三彩豆包** | | **時令蔬菜** | **清涼仙草** | **時令水果** | **紅豆薏仁甜湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **29** | **三** | **饅頭夾蛋** | **糙米飯** | | **鮮筍肉丁** | **三角薯餅** | | **時令蔬菜** | **海根金菇湯** | **時令水果** | **香菇肉絲米粉湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **30** | **四** | **蘿蔔糕** | **糙米飯** | | **奶油南瓜雞丁** | **醬燒百頁** | | **時令蔬菜** | **苦瓜梅菜湯** | **時令水果** | **紅棗枸杞銀耳湯** | **v** | **v** | **v** | **v** |
| **31** | **五** | **海苔壽司** | **糙米飯** | | **黑胡椒肉絲** | **蠔油五香干** | | **時令蔬菜** | **鮮筍湯** | **時令水果** | **茶葉蛋** | **v** | **v** | **v** | **v** |