

2025 臺南市私立至美幼兒園 7 月份營養餐點表本園採用國產豬肉



日期	早點 (8:30)	午 餐 (11:20)	午點 (15:00)
7/1(二)	絲瓜蛋麵線	時蔬炒麵〈肉絲、木耳、香菇、紅蘿蔔、高麗菜、白麵〉海帶芽蛋花湯	檸檬愛玉 杏仁湯
7/2(三)	翡翠豆腐 雞蛋羹	營養午餐〈絞肉、豆干、紅蘿蔔、香腸、炒高麗菜、糙米飯〉 豆仔薯蛋花湯	蘇打餅乾 冬瓜茶
7/3(四)	雞茸香菇粥	食蔬湯麵〈肉片、雞蛋、葷火鍋料、香菇、紅蘿蔔、木耳絲、大白菜、白麵〉	蔬菜湯餃
7/4(五)	肉鬆地瓜粥	蔥爆雞丁飯〈雞丁、蔥、高麗菜、白飯〉 菇菇湯	紅豆餅 決明茶
7/7(一)	吐司牛奶	雞肉咖哩燴飯〈雞肉、洋蔥、馬鈴薯、白蘿蔔、紅蘿蔔、白飯〉	黃金綠豆湯
7/8(二)	什錦冬粉	南瓜時蔬炒麵〈肉絲、南瓜、木耳絲、紅蘿蔔絲、高麗菜、白麵〉 芹香貢丸湯	肉包冬瓜茶
7/9(三)	香菇蛋麵線	營養午餐〈絞肉、花生、麵筋、菜脯蛋、炒青江菜、糙米飯〉味噌豆腐湯	紅豆麥片
7/10(四)	雞蛋吐司牛奶	紅醬義大利麵〈絞肉、洋蔥、蕃茄、三色豆、蕃茄醬、白麵〉 紫菜蛋花湯	關東煮
7/11(五)	黑糖饅頭 牛奶	肉絲蛋炒飯〈肉絲、高麗菜、洋蔥、蛋、三色豆、白飯〉 玉米蛋花湯	綜合粉圓
7/14(一)	火腿玉米濃湯	雞肉咖哩燴飯〈雞肉、洋蔥、馬鈴薯、白蘿蔔、紅蘿蔔、白飯〉	茄汁鯖魚麵
7/15(二)	銀魚翡翠粥	府城打魯麵〈肉羹、高麗菜、雞蛋、胡蘿蔔、筍絲、金針菇、白麵〉	雞蛋糕麥茶
7/16(三)	蔬菜意麵	鮮魚湯飯〈肉絲、鮮魚肉、筍絲、小魚丸、紅蘿蔔絲、高麗菜、白飯〉	南瓜 玉米濃湯
7/17(四)	雞蛋饅頭牛奶	鍋燒意麵〈肉片、海鮮料、雞蛋、高麗菜、意麵〉	綠豆麥片
7/18(五)	鮮筍肉絲粥	肉絲蛋炒飯〈肉絲、高麗菜、洋蔥、蛋、三色豆、白飯〉海帶芽湯	青菜餛飩湯
7/21(一)	枸杞蛋麵線	雞肉咖哩燴飯〈雞肉、洋蔥、馬鈴薯、白蘿蔔、紅蘿蔔、白飯〉	沙琪瑪 麥茶
7/22(二)	吐司牛奶	酸辣水餃湯〈水餃、木耳絲、筍絲、紅蘿蔔絲、雞蛋〉	火腿 玉米濃湯
7/23(三)	蔬菜湯麵	營養午餐〈絞肉、油豆腐、蘿蔔、雞塊、豆包炒山東白菜、糙米飯〉 絲瓜金針菇湯	黑糖 豆花
7/24(四)	牛奶饅頭牛奶	南瓜炒麵〈肉絲、南瓜、木耳、香菇、紅蘿蔔、高麗菜、白麵〉 芹香魚丸湯	蔬菜蘿蔔糕
7/25(五)	滑蛋玉米粥	打拋豬飯〈絞肉、洋蔥、蕃茄、九層塔、魚露、檸檬汁、時蔬、白飯〉 玉米蛋花湯	綜合粉圓

1. 每日供應餐點均當日現製，烹調方式為確保孩童健康，採少油、少鹽、少糖料理。
2. 選購餐後水果，當季蘋果、香蕉、芭樂、西瓜、鳳梨、小番茄輪流替換。