

2026 臺南市私立至美幼兒園 07 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)	〈15:00〉
7/1(三)	翡翠豆腐 雞蛋羹	營養午餐〈絞肉, 甜不辣, 魯蛋, 炒青江菜, 糙米飯〉蘿蔔排骨湯	火腿 玉米濃湯
7/2(四)	吐司牛奶	香菇肉羹麵〈肉絲, 肉羹, 木耳絲, 筍絲, 香菇, 高麗菜〉	珍珠仙草蜜
7/3(五)	肉鬆地瓜粥	肉絲蛋炒飯〈肉絲, 雞蛋, 三色豆, 高麗菜, 白飯〉海芽味噌湯	浮水魚羹
7/6(一)	芝麻饅頭 牛奶	海鮮什錦湯麵〈肉絲, 海鮮料, 高麗菜, 雞蛋, 白麵〉	綠豆 麥片
7/7(二)	雞茸香菇粥	水餃餐〈豬肉, 韭菜, 高麗菜, 水餃皮〉酸辣湯	肉包 枸杞茶
7/8(三)	香菇蛋麵線	營養午餐〈肉燥, 豆乾丁, 洋蔥, 香腸, 炒高麗菜, 糙米飯〉菇菇湯	黑糖豆花
7/9(四)	黑糖饅頭牛奶	鍋燒意麵〈肉片, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 意麵〉	玉米翡翠粥
7/10(五)	蔬菜粥	蔥爆雞丁飯〈雞丁, 蔥, 蒜頭, 白飯〉芹香貢丸湯	車輪餅 枸杞茶
7/13(一)	絲瓜枸杞麵線	雞肉咖哩飯〈雞肉, 洋蔥, 馬鈴薯, 鮮菇, 紅蘿蔔, 白飯〉	紅豆 麥片
7/14(二)	牛奶饅頭 牛奶	榨菜肉絲湯麵〈肉絲, 榨菜, 金針菇, 紅蘿蔔, 高麗菜, 白麵〉	油豆腐細粉
7/15(三)	蔬菜意麵	營養午餐〈絞肉, 麵筋泡, 花生, 菜脯蛋, 香菇大白菜, 糙米飯〉 豆仔薯蛋花湯	綜合粉圓
7/16(四)	葡萄吐司牛奶	麻醬麵〈肉燥, 豆干丁, 小黃瓜, 麻醬, 白麵〉雙色蘿蔔湯	蔬菜餛飩湯
7/17(五)	香菇肉絲粥	時蔬湯飯〈肉片, 海鮮料, 魚丸, 雞蛋, 高麗菜, 白飯〉	蘇打餅乾 枸杞茶
7/20(一)	蔬菜意麵	香椿蛋炒飯〈香椿素肉燥, 香菇, 高麗菜, 三色豆, 肉絲, 白飯〉 香菇雞湯	雞蛋糕 枸杞茶
7/21(二)	火腿玉米濃湯	什錦炒麵〈肉絲, 花片, 海鮮料, 紅蘿蔔, 木耳, 高麗菜, 白麵〉 冬瓜蛤蜊湯	蔬菜蘿蔔糕
7/22(三)	廣東粥	營養午餐〈肉燥, 油豆腐, 紅蘿蔔, 雞塊, 炒油菜, 糙米飯〉 紫菜蛋花湯	沙琪瑪 紅棗枸杞茶
7/23(四)	吐司 牛奶	鍋燒意麵〈肉片, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 意麵〉	蔬菜粥
7/24(五)	肉末瓠瓜粥	火腿蛋炒飯〈肉絲, 火腿, 洋蔥, 雞蛋, 三色豆, 高麗菜, 白飯〉 海帶芽湯	檸檬愛玉 杏仁湯
7/29(三)	時蔬湯麵	雞肉咖哩飯〈雞肉, 洋蔥, 咖哩, 馬鈴薯, 紅蘿蔔, 白飯〉	肉包 紅棗枸杞茶
7/30(四)	雞蛋饅頭牛奶	鍋燒意麵〈肉片, 海鮮料, 雞蛋, 高麗菜, 意麵〉	沙琪瑪 枸杞茶
7/31(五)	蔬菜粥	時蔬湯飯〈肉片, 海鮮料, 魚丸, 雞蛋, 高麗菜, 白飯〉	蔬菜餛飩湯

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。