

# 國立中山大學附設高雄市私立幼兒園 110 學年度 (下) 7 月份 餐點表

日期		早上點心	午餐	下午點心
7/01	五	果香鮮奶燕麥粥	鮮蔬佐鴻喜雙菇味噌雞湯麵	高鈣健骨粥、水果
7/04	一	蘿蔔糕、豆漿	五色鮮蔬滑蛋豬肉燴飯、胡瓜魚丸湯	南瓜什錦麵、水果
7/05	二	翡翠蟹肉羹	塔香木須鮮蔬炒米粉、香菇雞湯	絲瓜肉燥粥、水果
7/06	三	韭香煎餅、麥茶	玉米粒炒蛋、蠔醬炒杏鮑菇、青江菜佐鮮菇、海帶芽豆腐湯	銀耳木瓜甜湯、水果
7/07	四	鮮蔬好菇雞絲麵	鮮魚燴豆腐、時令蔬菜、韭菜花炒豆干、黃金蔬菜湯	鮮蔬雲吞湯、水果
7/08	五	玉米濃湯餃	鮮蔬中華炒麵、馬鈴薯雞湯	香菇絲瓜粥、水果
7/11	一	法國吐司、鮮奶	鮮蔬茄子佐雞肉咖哩飯、豆腐味噌湯	聰明雞蛋麵、水果
7/12	二	玉子燒、枸杞茶	時令鮮蔬佐紅燒豬肉湯麵	愛的穀粒粥、水果
7/13	三	蔬食香菇羹	醬燒冬瓜、番茄芙蓉蛋、西芹炒豆包、葷菇湯	奶香紅豆薏仁湯、水果
7/14	四	肉燥芙蓉麵線	茄汁里肌、韭黃雞絲、時令蔬菜、薑絲鮮魚湯	關東煮、水果
7/15	五	筍絲雞湯粥	雙絲肉燥乾拌麵、長豆排骨湯	海苔飯捲、水果
7/18	一	木須麵線糊	飄香四溢~古早味鮮蔬海鮮飯湯	白菜豚骨拉麵、水果
7/19	二	香蕉鬆餅、鮮奶	五色鮮蔬佐沙茶豬肉炒麵、銀魚莧菜湯	雞蓉玉米粥、水果
7/20	三	原味蛋餅、豆漿	青椒嫩蛋、蘑菇佐玉米筍、炒三絲、薏仁鮮菇湯	小米綠豆甜湯、水果
7/21	四	海藻蔬菜麵	薑燒魚丁、時令蔬菜、金針菇燴白菜、鮮蔬豆腐羹	彩蔬貓耳朵、水果
7/22	五	蔬菜粿仔湯	五色鮮蔬佐鮮菇味噌雞湯麵	八寶粥、水果
7/25	一	鮭魚吐司、麥茶	夏威夷鮮蔬蝦仁蛋炒飯、苦瓜排骨湯	鮮蔬芙蓉麵線、水果
7/26	二	粉漿蛋餅、豆漿	五色鮮蔬佐好蒜鮮魚米粉湯	竹筍鹹粥、水果
7/27	三	莧菜豆腐羹	九層塔烘蛋、豆干炒糯米椒、三杯杏鮑菇、味噌湯	桂圓紅棗銀耳湯、水果
7/28	四	吐司燕麥南瓜濃湯	破布子蒸魚、時令蔬菜、毛豆花生豆干、海帶大骨湯	鍋燒細麵、水果
7/29	五	絲瓜肉末粥	羅勒鮮蔬蘑菇義大利麵、玉米濃湯	韭香蘿蔔糕湯、水果

★ 本園高湯以大骨熬煮，不添加味精。

★ 每週三為【蔬食日】，為地球環保盡一份心力。

★ 為健康考量，本園不以油炸食物供餐。

★ 本園午餐供應國產豬肉：高雄肉品運銷股份有限公司經防檢局派駐之獸醫師查合格後放行使用。

★ 每天皆附當季水果，餐點因氣候、時令或配合市場無法購得時，園所可做權宜調整。