

臺北市大安區建安國民小學附設幼兒園 111 學年度 6 月份菜單

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心	
6/1	四	叉燒包 米漿	蜜汁豬肉 海帶三絲 清炒花椰 薏仁雞湯	紅豆粉條	
6/2	五	蔬菜雞絲麵	塔香菇雞 高麗菜肉片 紅絲豆段 蘿蔔排骨湯	奶酥雜糧土司 鮮奶	
6/5	一	帕瑪森餐包 牛奶	咖哩豬 虱目魚 木耳蒲瓜 羅宋湯	紅麵線	
6/6	二	鮮奶饅頭 豆漿	脆皮雞腿 干丁肉燥 金茸花椰 玉米濃湯	肉醬拌麵	
6/7	三	蔬菜肉絲麵	糖醋嫩雞 肉絲海根 脆炒高麗 豆芽排骨湯	黑糖米苔目	
6/8	四	味噌拉麵	日式燒肉 玉米炒蛋 白菜滷 山粉圓湯	綜合豆花	
6/9	五	銀絲卷 麥茶	肉絲炒麵 烤雞排 鐵板豆腐 紅燒蘿蔔 鮮菇黃瓜湯	南瓜水果雜糧麵包 鮮乳	
6/12	一	起司球 牛奶	雞肉野菇燴飯 大頭菜 四神湯	蘿蔔糕湯	
6/13	二	馬來糕 決明子茶	糖醋肉 毛豆炒豆干 空心菜 味噌魚片湯	意麵	
6/14	三	蔬菜冬粉	鮭魚蛋炒飯 川燙四季豆 玉米排骨湯	紅豆牛奶	
6/15	四	芋泥包 枸杞茶	栗子燒雞 三色蛋 有機青菜 金針排骨湯	皮蛋瘦肉粥	
6/16	五	肉燥板條	肉醬通心麵 清炒油菜 彩蔬濃湯	仙草奶凍	
6/17	六	畢(結)業典禮			
6/19	一	果醬吐司 牛奶	蝦仁肉絲蛋炒飯 蒜香高麗菜 黃豆芽排骨湯	綠豆薏仁	
6/20	二	玉米湯餃	梅干扣肉 蕃茄炒蛋 有機青菜 花菜肉片湯	檸檬愛玉	
6/21	三	清粥小菜	滷肉飯 清炒小白菜 酸辣湯	蒜香羅勒雜糧麵包 紅棗茶	
6/22	四	端午節放假			
6/23	五	彈性放假			
6/26	一	生日蛋糕 牛奶	鮪魚洋蔥 香滷杏鮑菇 青江菜 蘿蔔排骨湯	紅豆薏仁	
6/27	二	榨菜肉絲麵	壽喜燒 塔香烘蛋 開陽白菜 薏仁排骨湯	仙草蜜	
6/28	三	鮮肉包 決明子茶	白醬義大利麵 彩椒花椰 洋蔥濃湯	蘿蔔湯	
6/29	四	雞蛋饅頭 酸梅湯	味噌雞腿 蔥燒豆腐 有機青菜 蓮子肉片湯	綠豆沙西米露	
6/30	五	奶皇包 鮮乳	親子丼 蒜香空心菜 青菜豆腐湯	紅藜麥乳酪吐司 養生茶	

* 本園一律使用國產豬肉。

* 飯類均採用十錦珍穀、糙米、胚芽米、藜麥、紫米混合搭配食用。

* 每日餐點皆採購當季新鮮食材，午餐均附水果，如因應市場供需或特殊狀況而調整餐點，恕不再另行通知，敬請見諒！

* 每日餐點調製以黃金比例 3 (五穀根莖): 2 (蔬果): 1 (豆蛋魚肉) 為原則。

* 以上餐點若因幼兒進食會有過敏現象或因其他因素不能食用(如: 甲殼類、芒果、花生、牛奶羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麸質之穀物、大豆、魚類、使用硫酸類等及其製品)，請告知班級導師，以另做調整安排。

* 鮮奶豆漿等飲品，皆會稍微退冰再讓幼兒飲用；若室溫低於 25 度時，則會加熱後給予幼兒飲用。



~ 建安附幼與您一同關心寶貝的健康 ~