

臺北市大安區建安國民小學附設幼兒園 113 學年度 6 月份菜單

日期	星期	上午點心	營養午餐	下午點心
6/2	一	香鬆麵包 鮮奶	蒜蓉蒸雞肉 玉米滑蛋 鮮菇絲瓜 鳳梨排骨湯	絲瓜鹹粥
6/3	二	芋泥包豆奶	海鮮燴飯 蒜香高麗菜 竹筍排骨湯	鍋燒意麵
6/4	三	青菜雞絲麵	日式燒肉 白菜豆腐蒸 清炒萵苣 海帶芽蛋花湯	什錦米苔目
6/5	四	玉米脆片 鮮奶	菇菇雞炊飯 有機青菜 老蘿蔔雞湯	綜合豆花
6/6	五	福州乾麵	鐵道滷豬排 日式蒸蛋 蒜炒莧菜 味噌豆腐湯	葡萄吐司 鮮奶
6/9	一	黑糖三重奏 鮮奶	打拋豬 鮮菇滑蛋 地瓜葉 薑汁鱸魚湯	仙草蜜
6/10	二	鮮肉包 決明子茶	三杯雞 鐵板豆腐 清炒扁蒲 冬瓜排骨湯	肉醬拌麵
6/11	三	鮮奶饅頭 米漿	粉蒸肉餅 洋蔥蛋 有機青菜 玉米排骨湯	珍珠丸 牛蒡茶
6/12	四	什錦烏龍麵	清蒸鯛魚 醋溜薯片 青江菜 香菇雞湯	黑糖牛奶綠豆湯
6/13	五	銀絲卷 麥茶	壽喜燒肉 南瓜蒸豆腐 茭白筍 洋蔥蘋果排骨湯	青醬起士麵包 鮮奶
6/16	一	帕瑪森餐包 鮮奶	高麗菜鮮肉水餃 川燙花椰 酸辣湯	紅豆包 優酪乳
6/17	二	畢業典禮餐盒		
6/18	三	清粥小菜	豆酥鱈魚 蜜汁地瓜 高麗菜 三絲蛋花湯	檸檬愛玉
6/19	四	味噌拉麵	法式紙包雞 玉米滑蛋 有機蔬菜 清燉排骨湯	綠豆地瓜湯
6/20	五	番茄蔬菜粥	泰式炒飯 蝦醬空心菜 洋蔥豬肉湯	起士雜糧吐司 鮮奶
6/23	一	果醬吐司 鮮奶	海鮮貝殼麵 雙色花椰 鮮菇湯	油蔥乾麵
6/24	二	肉燥米粉湯	蒲燒鯛 紅蘿蔔炒蛋 有機青菜 番茄蛋花湯	綠豆沙西米露
6/25	三	蔬菜湯麵	京醬肉片 紅燒茄子 開陽白菜 金菇蘿蔔湯	燒賣 紫菜湯
6/26	四	玉米雞茸粥	糖醋肉片 馬鈴薯炒蛋 蠔油涼筍 什錦蔬菜湯	仙草奶凍
6/27	五	生日蛋糕 鮮奶	照燒豬 蜜汁豆腐 清炒 A 菜 蔬菜肉片湯	水果雜糧多酚 豆漿
6/30	一	戚風蛋糕 鮮奶	咖哩雞 清炒高麗菜 瓜仔雞湯	馬來糕 冬瓜檸檬

* 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～