

109 年 7 月份餐點表

飯類：什穀飯

日期	星期	營養早點	豐盛午餐	午後點心
1	三	米漿、七谷軟歐包	紅燒肉、什錦炒毛豆、青菜、莧菜吻魚湯	水果、芋圓粉條
2	四	雞蛋麵線	滷雞腿、鮮筍炒肉絲、青菜、玉米蛋花湯	水果、起士捲
3	五	牛奶、帕瑪森起士條	炸醬麵、鮮菇肉絲湯	水果、蔬菜水餃湯
6	一	牛奶、玉米脆片	蜜汁燒肉、日式蒸蛋、青菜、黃瓜大骨湯	水果、蘿蔔糕
7	二	米漿、葡萄吐司	水餃、酸辣湯	水果、紅豆湯
8	三	牛奶、小布利	麻婆豆腐燴飯、竹筍排骨湯	水果、關東煮
9	四	蔬菜肉絲麵	香酥土魷魚、紅蘿蔔炒蛋、青菜、芹菜貢丸湯	水果、檸檬愛玉
10	五	牛奶、牛奶 QQ 包	和風咖哩豬柳飯、豆腐味噌海帶湯	水果、珍珠豆花
13	一	牛奶、玉米脆片	麻香肉絲飯、冬瓜排骨湯	水果、杯子蛋糕
14	二	豆漿、醬燒小肉包	焗肉、什錦燴鮮菇、青菜、紫菜蛋花湯	水果、肉羹麵線
15	三	牛奶、高鈣乳酪	清蒸瓜仔肉、螞蟻上樹、青菜、空心菜丁香魚湯	水果、綠豆湯
16	四	米粉湯	回鍋肉、清炒海帶芽、青菜、黃瓜大骨湯	水果、芝麻包
17	五	米漿、北海道奶香麵包	什錦炒麵、金針菇肉絲湯	水果、紫米燕麥粥
20	一	牛奶、蔓越莓椰香吐司	肉絲蛋炒飯、綜合什錦湯	水果、山藥麵包
21	二	豆漿、香蔥麵包	冬瓜滷肉、三色蛋、青菜、薑絲蜆湯	水果、地瓜芋圓
22	三	牛奶、肉鬆蛋糕捲	香酥豬排、鮮悶絲瓜粉絲、青菜、白菜豆腐湯	水果、奶黃包
23	四	肉燥麵	紅蘿蔔燉肉、西洋芹炒黑輪、青菜、玉米蛋花湯	水果、玉米濃湯
24	五	米漿、火腿起士吐司	滷肉飯+滷豆腐、黃瓜貢丸湯	水果、藍莓夾心
27	一	牛奶、古早味蛋糕	炒烏龍麵、竹筍排骨湯	水果、紅豆餅
28	二	豆漿、歐風牛奶起士	打拋豬、滷豆包、青菜、柴魚海帶湯	水果、冬粉湯
29	三	米漿、鮮奶吐司	雞蛋燉肉、三杯豆腐、青菜、山藥大骨湯	水果、仙草蜜
30	四	廣東粥	水餃、酸辣湯	水果、家常麵
31	五		學期結束全園停課	