

日期	星期	早餐	午餐						午點	餐點類別檢核			
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯品	水果		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
7/4	二	日式烏龍麵	糙米飯	糖醋鯛魚	開陽瓠瓜	有機青菜	雙色蘿蔔湯	水果	紫菜貢丸湯	✓	✓	✓	✓
7/5	三	蒸鍋貼+優酪乳	什錦炒飯			有機青菜	南瓜濃湯	水果	水果	✓	✓	✓	✓
7/6	四	草菇雞蛋粥	茄汁義大利麵			有機青菜	香菇雞湯	水果	蒸蘿蔔糕	✓	✓	✓	✓
7/7	五	油豆腐粗米粉湯	日式咖哩飯			有機青菜	虱目魚丸湯	水果	冰心地瓜	✓	✓	✓	✓
7/10	一	麵包+薏仁米漿	胚芽米飯	三杯雞	玉米筍炒菇	有機青菜	莧菜吻仔魚湯	水果	餛飩湯	✓	✓	✓	✓
7/11	二	鮮蔬米苔目湯	蕎麥米飯	毛豆蝦仁	芹菜炒豆干	有機青菜	芋頭雞湯	水果	刈包	✓	✓	✓	✓
7/12	三	蘿蔔糕+燕麥奶	什錦炒麵			有機青菜	蓮藕排骨湯	水果	水果	✓	✓	✓	✓
7/13	四	木耳炒粉絲	薏仁米飯	香煎鮭魚	客家小炒	有機青菜	絲瓜蛤蜊湯	水果	麥片鮮奶	✓	✓	✓	✓
7/14	五	香菇雞茸粥	紅藜米飯	洋蔥肉絲	小黃瓜炒蛋	有機青菜	蘆筍排骨湯	水果	椰香西米露	✓	✓	✓	✓
7/17	一	麵包+優酪乳	小米飯	紅蘿蔔燉肉	雙色花椰菜	有機青菜	海帶結排骨湯	水果	塔香雞絲河粉湯	✓	✓	✓	✓
7/18	二	香菇麵線羹	燕麥米飯	秋葵炒雞柳	木耳炒甜豆	有機青菜	番茄豆腐湯	水果	紅豆豆花	✓	✓	✓	✓
7/19	三	饅頭夾蛋+豆漿	黃金肉絲炒飯			有機青菜	栗子雞湯	水果	麵包	✓	✓	✓	✓
7/20	四	菠菜豬肉粥	麥片米飯	清蒸鱈魚	番茄炒蛋	有機青菜	鮮菇湯	水果	番茄玉米排骨湯	✓	✓	✓	✓
7/21	五	大滷麵	雜糧米飯	腰果雞丁	綜合滷味	有機青菜	黃瓜魚丸湯	水果	脆片優格	✓	✓	✓	✓
7/24	一	麵包+黑豆漿	紫米飯	黃瓜雞絲	芹菜豆絲	有機青菜	香菇肉羹湯	水果	大菜包	✓	✓	✓	✓
7/25	二	番茄雞蛋麵疙瘩	糙米飯	花枝排	洋蔥炒肉絲	有機青菜	枸杞雞湯	水果	綠豆薏仁湯	✓	✓	✓	✓
7/26	三	皮蛋瘦肉粥	水餃			有機青菜	酸辣湯	水果	水果	✓	✓	✓	✓
7/27	四	燒賣+鮮奶	麥片米飯	蔥燒鯛魚	培根高麗菜	有機青菜	山藥排骨湯	水果	玉米滑蛋燕麥粥	✓	✓	✓	✓
7/27	五	陽春麵	雜糧米飯	鵪鶉蛋滷肉燥	蝦仁四季豆	有機青菜	銀芽小魚湯	水果	水煮玉米	✓	✓	✓	✓
7/31	一	麵包+麥茶	胚芽米飯	花生吻仔魚	塔香海茸	有機青菜	紫菜蛋花湯	水果	仙草牛奶	✓	✓	✓	✓

\*本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，純美農產有限公司採買，並未使用輻射汙染食品。

承辦人：廖淑真

廚工：朱真儀 陳凌玲

園主任：陳亞昕

校長：周麗櫻