

宜蘭縣私立康寶爾幼兒園

☺☺☺ 114 年 7 月份餐點表 ☺☺☺



日期	星期	早上點心	午 餐	下午點心
1	二	蔬 菜 麵 線	糙米飯，滑蛋肉片，炒甜不辣，青菜，蜆湯，水果	米 粉 湯
2	三	香 菇 粥	小米飯，雞絲三菇，螞蟻上樹，青菜，味噌湯，水果	椰 奶 西 谷 米
3	四	蘿 蔔 糕 湯	紫米飯，咖哩肉，炒麵腸，青菜，玉米湯，水果	湯 餃
4	五	河 粉 湯	五穀飯，紅燒肉，芹菜豆包，青菜，排骨湯，水果	匏 瓜 粥
7	一	玉 米 濃 湯	炒 飯 ， 青 菜 ， 紫 菜 湯 ， 水 果	綠 豆 湯
8	二	米 苔 目	小米飯，洋蔥炒肉絲，什錦菇，青菜，豆腐湯，水果	大 滷 麵
9	三	小 魚 粥	紫米飯，雞塊，蒸蛋，青菜，冬瓜湯，水果	粉 圓
10	四	芋 頭 糕 湯	糙米飯，馬鈴薯肉片，滷海帶，青菜，小魚湯，水果	麵 疙 瘩
11	五	豆 皮 細 粉	五穀飯，洋蔥丸子，滷油豆腐，青菜，蛤蜊湯，水果	桂 圓 粥
14	一	紅 麵 線	什 錦 炒 麵 ， 青 菜 ， 黃 瓜 湯 ， 水 果	紅 豆 湯
15	二	絲 瓜 米 苔 目	紫米飯，五香肉絲，蕃茄炒蛋，青菜，竹筍湯，水果	米 粉 羹
16	三	五 彩 粥	小米飯，鳳梨雞丁，滷麵圈，青菜，香菇排骨湯，水果	枸 杞 木 耳 湯
17	四	芹 香 麵 線	糙米飯，竹筍炒肉絲，涼拌海帶絲，青菜，冬瓜蛤蜊湯，水果	味 噌 麵
18	五	肉 絲 冬 粉	五穀飯，杏包菇炒肉絲，紅蘿蔔炒蛋，青菜，酸辣湯，水果	地 瓜 粥
21	一	洋 芋 濃 湯	咖 哩 燴 飯 ， 青 菜 ， 海 帶 芽 湯 ， 水 果	綠 豆 薏 仁 湯
22	二	陽 春 麵	紫米飯，碎肉豆干丁，三色豆，青菜，鮮菇湯，水果	鮮 蔬 麵 疙 瘩
23	三	絲 瓜 粥	小米飯，小黃瓜雞丁，什錦甜不辣，青菜，蛋花湯，水果	紅 豆 西 谷 米
24	四	粿 仔 湯	糙米飯，滷肉，炒木耳，青菜，薑絲蜆湯，水果	肉 絲 麵
25	五	什 錦 麵 線	五 穀 飯 ， 肉 羹 ， 青 菜 ， 水 果	鹹 粥
28	一	木 須 紅 麵 線	什 錦 燴 飯 ， 青 菜 ， 蕃 茄 湯 ， 水 果	銀 耳 湯
29	二	鮮 菇 蘿 蔔 糕 湯	小米飯，玉米肉丁，家常豆腐，青菜，竹筍排骨湯，水果	芋 頭 米 粉
30	三	竹 筍 粥	紫米飯，蠔油雞丁，洋蔥金針菇，青菜，莧菜小魚湯，水果	花 豆 湯
31	四	油 豆 腐 麵 線	糙米飯，沙茶肉片，薑絲麵腸，青菜，苦瓜湯，水果	什 錦 米 苔 目

1. 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀類、大豆、魚類，使用亞硫酸鹽等及其製品，不適合對其過敏者食用。
2. 本園內餐點之生鮮豬肉原產地為台灣
3. 營養諮詢:員山榮民醫院營養室
4. 實際供應將視食材蔬果採購及新鮮狀況略為調整