

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園112年6月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐					午 點	熱量 卡	醣類 公克	蛋白質 公克	脂肪 公克	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯						水果
1	四	菇菇糙米粥	糙米飯	酥炸小魚	炒三絲	時令蔬菜	大黃瓜湯	時令水果	雞絲麵	915	121	36	31
2	五	冬菜冬粉	什錦燴飯、紫菜蛋花湯					時令水果	肉羹稀飯	904	117	35	32
5	一	小饅頭、牛奶	糙米飯	梅干扣肉	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	南瓜濃湯	時令水果	米粉湯	858	112	33	30
6	二	蔬菜麵	糙米飯	蔥爆雞柳	雪裡紅炒豆干	時令蔬菜	山藥湯	時令水果	芋頭稀飯	889	115	31	33
7	三	果醬吐司	戶外教學-中正紀念堂					沙其瑪					
8	四	客家米苔目	糙米飯	糖醋肉	洋芋玉米粒	時令蔬菜	紅棗枸杞湯	時令水果	鍋燒意麵	913	118	34	33
9	五	香菇肉粥	台式炒麵、竹筍湯					時令水果	甜不辣	906	125	32	30
12	一	麵線糊	糙米飯	香菇肉燥	椒鹽豆包	時令蔬菜	大頭菜湯	時令水果	南瓜營養粥	887	114	36	31
13	二	肉絲湯麵	糙米飯	照燒雞	薑絲海帶芽	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	仙草蜜	876	116	38	28
14	三	雞蓉玉米粥	糙米飯	彩椒肉絲	豆腐煲	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	大滷麵	844	104	33	32
15	四	貢丸冬粉	糙米飯	馬鈴薯燉肉	木耳炒韭黃	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	皮蛋瘦肉粥	899	119	34	31
16	五	切仔麵	日式咖哩飯、菇菇濃湯					時令水果	肉粽	913	120	32	33
17	六	蔬菜小魚粥	糙米飯	三杯雞	蝦皮炒瓠瓜	時令蔬菜	小魚莧菜湯	時令水果	味噌拉麵	895	113	30	35
19	一	米粉羹	糙米飯	洋蔥肉絲	紅燒杏鮑菇	時令蔬菜	玉米湯	時令水果	綠豆湯	866	107	31	34
20	二	肉鬆稀飯	糙米飯	香酥雞	家常豆腐	時令蔬菜	豬血湯	時令水果	日式烏龍麵	896	115	35	32
21	三	蘿蔔糕	糙米飯	冬瓜燉肉	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	台式鹹粥	858	108	37	30
22	四	~端午節放假一天，祝您佳節平安愉快~											
23	五												
26	一	枸杞麵線	糙米飯	南瓜燒肉	毛豆炒玉米	時令蔬菜	洋蔥湯	時令水果	什錦粉絲	851	112	29	31
27	二	廣東粥	糙米飯	竹筍炒肉絲	塔香麵腸	時令蔬菜	冬瓜雞骨湯	時令水果	檸檬愛玉	841	103	31	33
28	三	油豆腐細粉	糙米飯	台式滷肉	芹菜拌木耳	時令蔬菜	黃豆芽湯	時令水果	絲瓜稀飯	894	121	33	30
29	四	鮮肉湯餃	糙米飯	蒜香雞	麻婆豆腐	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	什錦麵疙瘩	865	117	32	29
30	五	芋頭鹹粥	古早味炒米粉、貢丸湯					時令水果	生日蛋糕	912	126	28	32

本園未使用輻射污染食品，並一律使用芬芳烹材提供的CAS合格電宰場屠宰的國產優良畜養豬隻，請安心食用。

如因遇天災或不可抗力之因素，有些食材無法供應時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭