

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園114年7月餐點表

			午 餐						全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬 菜 類	水果 類	
日期	星期	早 點	主 食	主 菜	副 菜一	副 菜二	湯	水果					午 點
1	二	鍋燒麵	糙米飯	洋蔥肉絲	洋芋炒玉米	時令蔬菜	紅棗枸杞湯	時令水果	香菇肉粥	✓	✓	✓	✓
2	三	牛奶饅頭、牛奶	糙米飯	蒜香雞丁	家常豆腐	時令蔬菜	黃金蚬湯	時令水果	油豆腐細粉	✓	✓	✓	✓
3	四	廣東粥	糙米飯	香菇肉燥	金瓜炒洋蔥	時令蔬菜	金針湯	時令水果	芋頭米粉	✓	✓	✓	✓
4	五	什錦拉麵	糙米飯	什錦燴飯、海帶芽湯				時令水果	豆花	✓	✓	✓	✓
7	一	冬菜冬粉	糙米飯	蔥爆豬柳	紅蘿蔔炒蛋	時令蔬菜	黃瓜雞骨湯	時令水果	蔬菜肉絲粥	✓	✓	✓	✓
8	二	肉羹麵	糙米飯	糖醋雞肉	豆包炒豆芽	時令蔬菜	紅棗杏鮑菇湯	時令水果	台南意麵	✓	✓	✓	✓
9	三	蘿蔔糕	糙米飯	豬肉雪裡紅	螞蟻上樹	時令蔬菜	豆腐湯	時令水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
10	四	全麥吐司(草莓醬)	糙米飯	古早味滷肉	海帶結豆干		雙色蘿蔔湯	時令水果	沙琪瑪	✓	✓	✓	✓
11	五	皮蛋糙米瘦肉粥	炒古早味米粉、貢丸湯					時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
14	一	蝦皮瓠瓜粥	糙米飯	豆薯炒肉絲	客家小炒	時令蔬菜	冬瓜湯	時令水果	米粉湯	✓	✓	✓	✓
15	二	榨菜肉絲麵	糙米飯	照燒雞	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	菇菇養生粥	✓	✓	✓	✓
16	三	丸子冬粉	糙米飯	蒼蠅頭	糖醋甜不辣	時令蔬菜	竹筍湯	時令水果	大滷麵	✓	✓	✓	✓
17	四	湯餃	糙米飯	咕咾肉	木耳炒豆包	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	什錦烏龍麵	✓	✓	✓	✓
18	五	肉鬆稀飯	茄汁義大利麵、玉米濃湯					時令水果	仙草蜜	✓	✓	✓	✓
21	一	雞蛋麵	糙米飯	三杯雞	玉米滑蛋	時令蔬菜	赤瓜仔湯	時令水果	竹筍粉絲	✓	✓	✓	✓
22	二	雞絲蘿蔔粥	糙米飯	南瓜燉肉	芝麻海帶絲	時令蔬菜	金菇蛋花湯	時令水果	肉絲米粉	✓	✓	✓	✓
23	三	肉燥米粉	糙米飯	糖醋豬肉	麻婆豆腐	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
24	四	蔬菜麵	糙米飯	瓜仔肉	醬燒麵腸	時令蔬菜	海帶小魚湯	時令水果	肉羹稀飯	✓	✓	✓	✓
25	五	絲瓜冬粉	糙米飯	洋蔥玉米肉絲炒飯、枸杞山藥湯				時令水果	生日蛋糕	✓	✓	✓	✓
28	一	蔬菜鮮肉粥	糙米飯	馬鈴薯燉雞	蒜香毛豆三色	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
29	二	貢丸米粉湯	糙米飯	味噌燒肉	絲瓜金針菇	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	什錦粥	✓	✓	✓	✓
30	三	麵線糊	糙米飯	紅燒獅子頭	炒三絲	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	蔬菜冬粉	✓	✓	✓	✓
31	四	南瓜營養粥	糙米飯	桂竹筍炒肉絲	菜脯蛋	時令蔬菜	蔬菜湯	時令水果	綜合圓仔湯	✓	✓	✓	✓

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，有些食材無法供應或廚房阿姨請假時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭

備註：114年7月10日 廚工參與新北市政府廚工餐飲研習