

成真幼兒園

Healthy Meal Planner



	早餐	午餐	點心
8/3	時蔬麵線	香Q白飯、豬肉末燴時蔬貢丸、燉白菜、紫菜小魚湯、水果	蔬菜粉絲
8/4	蔬菜麵	鮮蔬菇炒飯、炒時蔬、豆腐時蔬湯、水果	古早味蛋糕
8/5	滑蛋鮮肉粥	香Q白飯、豆腐蒸蛋、蒸肉餅、炒食蔬、莧菜蛋花湯、水果	油豆腐米粉
8/6	香鬆白粥	鮮肉水餃、炒時蔬、玉米濃湯、水果	蔬菜肉末麵
8/7	鮮菇肉末粥	糙米飯、咖哩雞肉、馬鈴薯紅蘿蔔、紫菜蛋花湯、水果	果醬三明治
8/10	蔬菜肉末粥	香Q白飯、洋葱豬肉、雙色蔬炒蛋、炒時蔬、冬瓜大骨湯、水果	什錦麵
8/11	南瓜粥	什錦炒麵、炒時蔬、水果、番茄蛋花湯	黑糖麵包捲
8/12	絲瓜滑蛋麵	糙米飯、醬爆雞丁、炒時蔬、味增湯、水果	玉米粥
8/13	高麗菜肉末粥	香Q白飯、五香滷肉、滷豆干、炒時蔬、黃瓜蔬菜湯、水果	蔬菜粉絲
8/14	鮮肉粥	義大利肉醬麵、香炒時蔬、貢丸湯、水果	起酥蛋糕
8/17	時蔬肉末麵	香Q白飯、麻婆豆腐、炒時蔬、青菜蛋花湯、水果	油豆腐米粉
8/18	香菇玉米粥	玉米鮮菇蛋炒飯、炒時蔬、蕃茄豆腐湯、水果	豆沙蒸包
8/19	豆腐肉末粥	香Q白飯、洋葱豬肉、雙色蔬炒蛋、炒時蔬、冬瓜大骨湯、水果	雞蛋麵線
8/20	蔬菜粥	鮮肉水餃、炒時蔬、玉米濃湯、水果	滑蛋肉末粥
8/21	高麗菜肉末粥	糙米飯、咖哩雞肉、馬鈴薯紅蘿蔔、紫菜蛋花湯、水果	蘋果麵包

本園餐點使用台灣自產豬肉製品

成真幼兒園

Healthy Meal Planner

早餐

午餐

點心

8/24

蔬菜肉末麵

香Q白飯、豬肉末燴時蔬貢丸、燉白菜、青菜豆腐湯、水果

蔬菜粉絲

8/25

玉米粥

什錦炒麵、炒時蔬、水果、番茄蛋花湯

果醬三明治

8/26

什錦麵

香Q白飯、番茄炒蛋燴肉、炒時蔬、黃瓜蔬菜湯、水果

什錦粉絲

8/27

南瓜雞蓉粥

香Q白飯、洋葱炒肉絲、香炒豆干片、炒食蔬、青菜蛋花湯、水果

鮮肉粥

8/28

蔬菜肉末粥

藜麥飯、馬鈴薯燉雞肉、炒時蔬、莧菜蛋花湯、水果

鮮奶饅頭

8/31

番茄滑蛋粥

香Q白飯、麻婆豆腐、炒時蔬、蔬菜湯、水果

雞蛋麵線

本園餐點使用台灣自產豬肉製品