

新
北
市
私
立
裕
德
藝
術
幼
兒
園
113
年
度
第
二
學
期
六
月
份
餐
點
表

日期	早餐	午餐									午點	全穀雜糧類 份數	油脂類 份數	蔬菜類 份數	水果類 份數	豆魚蛋肉類 份數	熱量 卡
		主食	主菜	副菜二		青菜	湯		水果								
6/2(一)	火腿吐司	白飯	青椒炒肉絲	青椒、黑豬里肌、青蔥	起司洋芋煲	洋芋、紅蘿蔔丁 奶油、奶粉、洋蔥	有機 青菜	青菜豆腐湯	小白菜、豆腐	水果	台式炒米粉	5.0	2.3	1.4	0.3	2.2	638.5
	溫牛奶																
6/3(二)	玉米瘦肉粥	五穀飯	南瓜雞丁	雞腿肉、洋蔥、南瓜	魚香豆腐	板豆腐、薑、蔥 黑豬絞肉	有機 青菜	竹筍排骨湯	竹筍、黑豬排骨	水果	叉燒包	4.8	2.5	1.4	0.3	2.8	669.5
	柚子茶																
6/4(三)	芋泥麵包	白飯	樹子蒸魚	鯛魚片、樹子、蔥花	螞蟥上樹	高麗菜、美白菇 鴻喜菇、冬粉、黑豬絞肉	有機 青菜	山藥排骨湯	山藥、黑豬軟骨丁	水果	八寶粥	5.5	2.6	1.5	0.3	2.4	701.5
	鮮奶																
6/5(四)	蔬菜魚片粥	白飯	紅燒獅子頭	獅子頭、大白菜、木耳	枸杞絲瓜	絲瓜、枸杞	有機 青菜	榨菜肉絲湯	榨菜、黑豬肉絲	水果	玉米烤餅	4.3	2.4	1.9	0.3	2.3	612.5
	紅棗枸杞茶																
6/6(五)	筍香肉包	白飯	蔥燒雞腿	雞腿肉、蔥白段、薑、洋蔥	肉末蒸蛋	黑豬絞肉、雞蛋	有機 青菜	鮮瓜魚丸湯	魚丸、大黃瓜、黑豬排骨丁	水果	三明治	4.3	2.5	1.4	1.0	2.8	676.5
	豆漿																
6/9(一)	紫米桂圓吐司	白飯	薑汁豬肉	薑汁、洋蔥、香菇、黑豬里肌肉片	蒲瓜什錦	蒲瓜、魚板絲	有機 青菜	海帶金針湯	海帶芽、金針菇、排骨丁	水果	炒烏龍麵	5.0	2.0	2.0	0.3	2.3	646.0
	溫牛奶																
6/10(二)	番茄雞肉粥	五穀飯	府城蝦捲	蝦捲	南瓜燴豆腐	南瓜、玉米粒 豆腐、青豆仁	有機 青菜	白菜三絲湯	大白菜、紅蘿蔔 木耳、黑豬排骨丁	水果	甜不辣	4.7	2.8	1.4	0.3	2.6	664.0
	雙花甘草茶																
6/11(三)	全麥芝心麵包	白飯	馬鈴薯燉雞	雞腿肉、馬鈴薯 洋蔥、紅蘿蔔	大黃瓜炒木耳	大黃瓜、木耳、玉米筍	有機 青菜	海節玉米湯	玉米、黑豬排骨 海帶節	水果	桂圓紫米粥	5.0	2.4	2.0	0.3	2.3	664.0
	鮮奶																
6/12(四)	香菇瘦肉粥	白飯	銀蘿燉肉	黑豬里肌、紅蘿蔔、白蘿蔔	日式蒸蛋	香菇、雞蛋 魚板絲	有機 青菜	四神湯	馬鈴薯、薏仁、黑豬軟骨丁	水果	烤披薩	4.3	2.4	1.7	0.3	2.7	631.5
	麥仔茶																
6/13(五)	果香葡萄乾捲	白飯	洋芋栗子燒雞	雞腿肉、洋芋、乾栗子	家常冬粉	高麗菜、木耳絲 黑豬絞肉、冬粉	有機 青菜	番茄蛋花湯	番茄、雞蛋、黑豬排骨	水果	壽桃	5.8	2.4	1.5	1.0	2.4	755.5
	豆漿																
6/16(一)	紅蘿蔔葡萄吐司	白飯	泰式檸檬魚	白肉魚片、洋蔥、蒜泥 魚露、香菜、青蔥	開陽白菜	大白菜、蝦米 紅蘿蔔、木耳	有機 青菜	肉羹湯	肉羹、芋頭、香菇、黑豬軟骨丁	水果	日式炒麵	5.0	2.3	2.0	0.3	2.3	659.5
	溫牛奶																
6/17(二)	南瓜雞肉粥	五穀飯	法式蘑菇燉雞	雞腿丁、馬鈴薯、蘑菇、奶油、奶粉	芹香炒豆干	豆干、芹菜、木耳	有機 青菜	黃芽排骨湯	黃豆芽、黑豬排骨	水果	麥克雞塊	4.2	2.6	1.4	0.3	2.8	632.0
	麥仔茶																
6/18(三)	熱狗蔥麵包	白飯	瓜仔肉燥	黑豬絞肉、脆瓜	玉米蒸蛋	玉米粒、雞蛋	有機 青菜	蘿蔔排骨湯	白蘿蔔、黑豬排骨	水果	綠豆薏仁湯	4.9	2.4	1.3	0.3	2.6	657.5
	鮮奶																
6/19(四)	蒲瓜肉絲粥	白飯	味噌燉雞肉	味噌、雞腿肉 白蘿蔔、洋蔥	鮮菇炒花菜	綠花椰菜、鴻喜菇、木耳	有機 青菜	冬瓜薏仁湯	冬瓜片、黑豬大骨、薑絲 薏仁	水果	油飯	5.6	2.4	2.0	0.3	2.4	712.0
	紅棗枸杞茶																
6/20(五)	玉米肉包	炒飯	蒜泥白肉	黑豬五花、蒜泥、洋蔥 薑絲、香油、豆芽菜	揚州炒飯	白飯、雞蛋、蝦仁 高麗菜、蔥	有機 青菜	玉米濃湯	玉米粒、馬鈴薯 玉米醬、奶粉	水果	奶酥餐包	5.1	2.0	1.3	1.0	2.3	677.5
	豆漿																
6/23(一)	紅豆吐司	白飯	照燒雞丁	雞腿肉、白芝麻 黃瓜丁、洋蔥	蘿蔔燒海帶結	海帶結、白蘿蔔	有機 青菜	山藥香菇雞湯	香菇、雞腿肉、山藥	水果	客家板條	5.0	2.3	2.0	0.3	2.4	665.5
	溫牛奶																
6/24(二)	竹筍雞肉粥	五穀飯	南洋咖哩燉肉	黑豬里肌、馬鈴薯 蘋果、咖哩	豆芽炒雙菇	黃豆芽、鴻喜菇、美白菇	有機 青菜	蔬菜湯	高麗菜、番茄、黑豬排骨	水果	水煮玉米	4.8	2.5	2.0	0.3	2.5	666.5
	決明子茶																
6/25(三)	克林姆麵包	白飯	豆豉蒸魚	鯛魚片、豆豉、蔥花	大瓜燴三鮮	大黃瓜、紅蘿蔔片 貢丸、肉羹	有機 青菜	花枝羹湯	花枝羹、竹筍、木耳 紅蘿蔔、金針菇、雞蛋	水果	關東煮	4.8	2.3	1.8	0.3	2.6	658.5
	鮮奶																
6/26(四)	芋頭肉末粥	白飯	鳳梨雞丁	雞胸肉、彩椒、洋蔥、鳳梨塊	肉燥油腐	黑豬絞肉、油豆腐	有機 青菜	古早貢丸湯	中芹、貢丸、黑豬排骨 白蘿蔔	水果	水餃	4.3	2.8	1.4	0.4	2.8	654.0
	雙花甘草茶																
6/27(五)	桂圓饅頭	白飯	香酥豬排	黑豬里肌	海鮮蒸蛋	鯛魚片、蝦仁、雞蛋	有機 青菜	羅宋湯	高麗菜、番茄、洋蔥絲、西洋芹	水果	奶油餐包	4.8	2.8	1.4	1.0	2.7	719.0
	豆漿																
6/30(一)	葡萄吐司	白飯	麻香菇菇肉片	黑豬肉片、杏鮑菇、麻油	三色玉米	洋蔥、玉米粒 火腿丁、毛豆仁	有機 青菜	金針排骨湯	金針菇、黑豬排骨	水果	古早味米苔目	5.4	2.4	1.5	0.3	2.5	691.5
	溫牛奶																
本校採用下列廠商食品：包子類(國光) 鮮奶(義美) 麵包(愛美士西點麵包) 冷凍食品類(CAS認證) 豬肉(泓霖、豐得) 雞肉(洽富氣冷雞)、海鮮、非基改豆腐(龍泉果菜行) 青菜(大藝有機蔬菜農場) 營養師：李翊瑄																	
午餐後皆備有時令水果 本校無使用輻射產品 本校使用豬肉產地為臺灣																	