

嘉義市東區蘭潭國民小學附設幼兒園

114年7月份菜單

日期	星期	早點	午餐	午點
7月1日	星期二	蔬菜黎麥粥	白米飯、絞肉滷油腐、油燜冬瓜、炒高麗菜、金針菇蛋花湯	水果拼盤
7月2日	星期三	玉米湯餃	蝦仁炒麵、滷味、蘿蔔玉米湯	小饅頭+黑豆漿
7月3日	星期四	翡翠菇菇粥	白米飯、香酥魚排、紅絲炒蛋、油菜、南瓜濃湯	水果拼盤
7月4日	星期五	雞絲麵	白米飯、洋芋雞丁、黃瓜甜不辣、空心菜、玉米排骨湯	牛奶脆片
7月7日	星期一	廣東粥	香Q米飯、獅子頭燉白菜、南瓜豆腐、炒油菜、榨菜粉絲湯	蒸地瓜+鮮奶
7月8日	星期二	銀絲卷+米漿	香Q米飯、鮑菇雞丁、三色燴蛋、小白菜、蘿蔔海結湯	水果拼盤
7月9日	星期三	鮮菇素雞湯	肉絲炒飯、紅豆派、青菜豆腐湯	紅豆湯圓湯
7月10日	星期四	清粥小菜	香Q米飯、滷雞腿、玉米蒸蛋、空心菜、酸辣湯	水果拼盤
7月11日	星期五	芋泥包+豆漿	香Q米飯、油腐滷鵪鶉蛋、肉絲炒菇、炒高麗菜、竹筍香菇湯	布丁
7月14日	星期一	鍋燒麵	白米飯、糖醋雞丁、蝦米蒲瓜、空心菜、海芽豆腐湯	紅豆地瓜芋圓湯
7月15日	星期二	粿仔條	白米飯、干丁滷肉燥、南瓜炒蛋、炒豆芽菜、大黃瓜鮮菇湯	水果拼盤
7月16日	星期三	香椿抓餅+決明子茶	擔仔湯麵、滷蛋、炒青江菜	芝麻包+鮮奶
7月17日	星期四	油腐冬粉湯	白米飯、蘿蔔滷肉、香酥雞塊、炒油菜、玉米蛋花湯	水果拼盤
7月18日	星期五	紅豆麵包+低糖豆漿	白米飯、醬燒豬排、菇菇花菜、豆菊高麗菜、菜頭海結湯	奶酪
7月21日	星期一	芋頭鹹粥	香Q米飯、韓式部隊鍋、菜脯蛋、福山萵苣、鮮菇湯	銀絲卷+無糖優酪乳
7月22日	星期二	炒米粉	香Q米飯、三杯雞丁、刺瓜炒鮮蔬、空心菜、蔬菜羅宋湯	水果拼盤
7月23日	星期三	什錦湯麵	海鮮滑蛋燴飯、地瓜薯條、玉米蛋花湯	綜合豆花
7月24日	星期四	草莓餐包+米漿	香Q米飯、豆豉蒸魚、滷味、炒高麗菜、青木瓜湯	水果拼盤
7月25日	星期五	廣東粥	香Q米飯、日式蘿蔔燉豬肉、椒香小魚豆乾、炒蚵白菜、冬瓜油腐湯	豆沙包+低糖豆漿
7月28日	星期一	大滷麵	香Q米飯、洋蔥豬柳、泡菜煎蛋、炒青江菜、三絲鮮菇湯	饅頭+鮮奶
7月29日	星期二	素燴飯	香Q米飯、腐乳蒸雞、客家小炒、炒福山萵苣、玉米小白菜蛋花湯	水果拼盤
7月30日	星期三	大滷桶滷味	玉米瘦肉粥、銀絲卷、空心菜	牛奶餐包+低糖豆漿
7月31日	星期四	烏龍麵	香Q米飯、香酥花枝排、什錦羹、高麗菜、玉米濃湯	水果拼盤

*本產品含有甲殼類、芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質的穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及製品，不適合對其過敏體質者食用