

臺北市信義區信義國小附幼110年6、7月份菜單

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	全穀雜糧類	油脂與堅果種子類	蔬菜類	乳品	水果	豆魚蛋肉	熱量
			主食	主菜	副菜	青菜	湯品	附餐								
6月14日	一		放假													
6月15日	二(特)	蜂蜜蛋糕+鮮奶	鮮蔬義大利麵	香滷豬排		時蔬	洋蔥蕃茄湯	水果	蘿蔔糕炒蛋	6.2	1.6	1.1	1.0	1.0	2.0	868.5
6月16日	三	白菜餛飩湯	有機白米	豆豉魚丁	肉燥香筍	時蔬	薏仁冬瓜排骨湯	水果	紅豆麥片湯	7.6	1.0	1.8	0.0	1.0	1.7	809.5
6月17日	四	水餃*3+海芽金菇湯	胚芽飯	蒜泥白肉	木須炒蛋	時蔬	南瓜濃湯	水果	鬆餅*1+麥茶	7.1	1.3	1.3	0.0	1.0	2.2	813
6月18日	五	廣東粥	白米飯	南瓜燒雞	彩繪鮮菇	時蔬	高麗排骨湯	水果	地瓜包*1+鮮奶	6.7	1.4	1.5	1.0	1.0	1.5	867
6月21日	一	高麗菜包*1+低糖豆漿	芝麻飯	冬瓜燜肉	塔香油腐	時蔬	酸辣湯	水果	花豆甜湯	7.0	1.3	1.1	0.0	1.0	2.4	816
6月22日	二(特)	蔥肉餡餅*1+紫菜湯	茄汁螺旋麵	翅小腿*2		時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	洋蔥玉米濃湯	7.3	1.4	2.4	0.0	1.0	1.7	821.5
6月23日	三(蔬)	日式醬油拉麵	有機白米	蜜汁四分干	古早味蒸蛋	時蔬	黃瓜排骨湯	水果	紫米珍珠丸*2+鮮奶	6.0	1.2	1.1	1.0	1.0	2.4	866.5
6月24日	四	田園蔬菜粥	紅藜麥飯	壽喜燒魚	麻婆豆腐	時蔬	青菜蛋花湯	水果	鮮肉包*1+麥茶	6.9	1.2	1.6	0.0	1.0	2.6	832
6月25日	五	肉羹白菜湯	白米飯	筍香豬肉	豆皮豆干	時蔬	南瓜大骨湯	水果	芝麻包*1+鮮奶	5.1	1.0	2.5	1.0	1.0	2.8	859.5
6月28日	一	小籠湯包*2+黑芝麻豆漿	胚芽飯	砂鍋魚丁	螞蟻上樹	時蔬	什錦珍菇湯	水果	綜合關東煮	6.5	1.3	2.2	0.0	1.0	2.7	831
6月29日	二(特)	玉米肉茸粥	夏威夷炒飯	日式照燒雞排		時蔬	關東煮湯	水果	養生饅頭*1+鮮奶	6.6	1.2	1.3	1.0	1.0	1.8	868.5
6月30日	三	絲瓜麵線	有機白米	蔥爆肉絲	清炒鮮瓜	時蔬	羅宋湯	水果	檸檬愛玉	7.5	1.2	2.4	0.0	1.0	1.5	811.5
7月1日	四	香菇燒賣*2+低糖豆漿	白米飯	鹹水雞	西芹干片	時蔬	海結大骨湯	水果	雞蓉南瓜濃湯	6.2	1.5	2.3	0.0	1.0	2.8	829
7月2日	五	馬拉糕*1+黑芝麻豆漿	燕麥飯	馬鈴薯燉肉	鮮菇炒蛋	時蔬	木耳白菜湯	水果	原味餐包*1+鮮奶	6.2	1.2	1.2	1.0	1.0	2.2	868

備註:菜單中板豆腐、油豆腐、黑豆干、五香豆干、豆包、蘭花干、百頁豆腐、素雞、豆腸、玉米均為非基因改造食材。中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司

本園一律使用國產豬、牛肉食材