

臺北市信義區信義國小附幼108年6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3日	一	珍珠丸*2+鮮奶	小米飯	冬瓜燜肉	起司炒蛋	時蔬	味噌海芽湯	水果	檸檬愛玉湯	4	1.3	1.6	0	1	1.6	558.5
6月4日	二	青醬筆管麵	白米飯(有機白米)	糖醋魚排(鯛魚排)	三色玉米	時蔬	豆薯大骨湯		水果餐	4.2	1.2	1.5	0	0	1.5	498
6月5日	三(特餐)	茶葉蛋+麥茶	飄香油飯	滷雞腿*1		時蔬	雙色蘿蔔湯	水果	南瓜鮮蔬濃湯	4.1	1.5	1.5	0	1	1.6	572
6月6日	四	生日蛋糕+鮮奶	薏仁飯	咖哩豬	蒜香海帶根	時蔬	肉骨茶湯		水果餐	4.1	1.4	1.6	0	0	1.6	510
6月7日	五	端午節														0
6月10日	一(蔬食日)	地瓜*1+麥茶	麥片飯	紅蘿蔔炒蛋	絲瓜豆腐煲	時蔬	金菇三絲湯	水果	仙草蜜	4	1.2	1.7	0	1	1.5	549
6月11日	二	茄汁炒飯	白米飯(有機白米)	普羅旺斯燉雞	肉絲豆芽	時蔬	玉米濃湯		水果餐	4.1	1.3	1.5	0	0	1.6	503
6月12日	三(特餐)	肉包*1+鮮奶	客家米苔目	醬燒豬排*1		時蔬	竹筍大骨湯	水果	鮮菇肉茸粥	4	1.3	1.5	0	1	1.6	556
6月13日	四	滷東煮(玉米段+米血+黑輪)	紅藜飯	麻油雞	茄汁甜條	時蔬	冬瓜大骨湯		水果餐	4.4	1.5	1.6	0	0	1.5	528
6月14日	五	玉兔包*1+豆漿	小米飯	北港肉燥滷蛋白	西芹干片	時蔬	酸辣湯	水果	紅蘿蔔吐司*1+鮮奶	4.2	1.3	1.5	0	1	1.7	577.5
6月17日	一	芝麻包+鮮奶	白米飯(有機白米)	蒲燒鯛魚	香菇蒸蛋	時蔬	味噌蔬菜湯	水果	綠豆芋圓湯	4.3	1.3	1.5		1	1.6	577
6月18日	二	畢業典禮								4.2	1.2	1.6	0	0	1.8	523
6月19日	三(特餐)	小籠湯包*2+米漿	夏威夷炒飯	滷雞排*1		時蔬	蘿蔔大骨湯	水果	餛飩湯	4.1	1.4	1.5	0	1	1.7	575
6月20日	四	油蔥蘿蔔糕	胚芽飯	蒜泥白肉	螞蟻上樹	時蔬	香菇雞骨湯		水果餐	4.2	1.3	1.6	0	0	1.7	520
6月21日	五	銀絲卷(中)+鮮奶	芝麻飯	蔥燒玉米雞	脆炒洋芋四季	時蔬	大滷湯	水果	原味小餐包+豆漿	4.4	1.4	1.5	0	1	1.5	581
6月24日	一	豬肉餡餅*1+鮮奶	小米飯	薑燒肉片	砂鍋凍腐	時蔬	南瓜大骨湯	水果	冬瓜山粉圓	4.2	1.2	1.5	0	1	1.7	573
6月25日	二	什錦炒飯	白米飯(有機白米)	快炒三鮮	塔香炒蛋	時蔬	青菜豆腐湯		水果餐	4.1	1.4	1.7	0	0	1.7	520
6月26日	三(特餐)	水餃*3	海鮮義大利麵	檸檬翅小腿*2		時蔬	洋芋濃湯	水果	古早味米粉湯	4.2	1.5	1.6	0	1	1.5	574
6月27日	四	台式肉燥麵	薏仁飯	打拋豬	鮮繪蒲瓜	時蔬	鮮筍大骨湯		水果餐	4.1	1.3	1.7	0	0	1.5	500.5
6月28日	五	高麗菜包+鮮奶	紫米飯	鹽酥雞丁	白菜滷	時蔬	薑絲海芽湯	水果	全麥吐司*1+麥茶	4	1.5	1.7	0	1	1.7	577.5

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。

本校中央廚房承攬廠商：統鮮美食股份有限公司