

114年7月暑假加托服務餐點表

	7/7星期一		7/8星期二		7/9星期三		7/10星期四		7/11星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	切仔麵	麵條	芋頭饅頭	芋頭饅頭	廣東粥	絞肉	戚風蛋糕	戚風蛋糕	肉燥炒米粉	米粉
		豆芽菜	洛神花茶	洛神花茶		油條	牛奶	牛奶		韭菜
		肉燥				蛋				豆芽菜
						紅蘿蔔				絞肉
午餐	芋香飯	芋頭	五穀飯	五穀米	香Q油飯	圓糯米	糙米飯	糙米	燕麥飯	燕麥
		白米		白米		乾香菇		白米		白米
	杏鮑菇燒雞	雞腿丁	蘿蔔滷麵輪	豆輪		肉絲	洋芋燉雞	雞丁	鹹蛋肉燥	熟鹹蛋
		杏鮑菇		紅蘿蔔		老薑		紅蘿蔔		豬絞肉
		九層塔		白蘿蔔		麻油		馬鈴薯		蔥
	匏瓜燴木耳	匏瓜	蔥爆豆干	豆干		油蔥酥	四季豆炒肉絲	四季豆	塔香海茸	海茸
		木耳		蔥	味噌豆腐湯	板豆腐		肉絲		九層塔
	榨菜肉絲湯	榨菜	羅宋湯	紅蘿蔔		細味噌	白菜蛋花湯	大白菜	菇菇鮮肉湯	生香菇
		肉絲		洋蔥		青蔥		洗選蛋		肉絲
	時蔬	時蔬		馬鈴薯	時蔬	時蔬		蔥		薑絲
	當季水果	當季水果		蕃茄	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬
				高麗菜			當季水果	當季水果	當季水果	當季水果
			時蔬	時蔬						
			當季水果	當季水果						
午點	香Q玉米	玉米	雞絲麵	雞絲麵	綠豆麥片湯	綠豆	銀芽米苔目湯	米苔目	中華豆花	豆花
				木耳		麥片		肉絲		
				芹菜				銀芽		
				紅蘿蔔絲				韭菜		

114年7月暑假加托服務餐點表

	7/14星期一		7/15星期二		7/16星期三		7/17星期四		7/18星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	大滷麵	麵條	菠蘿餐包 麥茶	菠蘿餐包 麥茶	山藥肉末粥	白米	肉包	肉包	粿仔湯	粿仔條
		肉絲				山藥	牛奶	牛奶		肉絲
		筍簽				絞肉				乾香菇
		紅蘿蔔				乾香菇				小白菜
		黑木耳								
		雞蛋								
午餐	芋香飯	芋頭	五穀飯	五穀米	肉絲咖哩炒麵	烏龍麵	糙米飯	糙米	燕麥飯	燕麥
		白米				豬肉絲		白米		白米
	雙色豬柳	梅花豬柳	醬燒木耳豆皮	木耳		洋蔥	梅干肉片	豬肉	奶油蘑菇雞	白醬料理塊
		紅甜椒絲				紅蘿蔔絲		梅干菜		雞丁
		黃甜椒絲				咖哩		鮪魚炒蛋		紅蘿蔔
	黃瓜炒甜不辣	洋蔥	菇菇炒蛋	香菇		木耳絲		蛋	培根馬鈴薯	洋菇
		小黃瓜				豆腐		雞肉		培根
		甜不辣				黑木耳		洋蔥		馬鈴薯
						紅蘿蔔		蒜頭		酸菜肉絲湯
	四味雞湯	雞腿肉		白蘿蔔		金茸菇	時蔬	時蔬		肉絲
		蘿蔔				蛋		當季水果		酸菜絲
		枸杞				時蔬		當季水果		時蔬
	時蔬	紅棗	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬		當季水果		當季水果
		時蔬				當季水果		當季水果		當季水果
		當季水果				當季水果		當季水果		當季水果
午點	紅豆紫米粥	紅豆	麵線羹	紅麵線	海苔香鬆拌飯	白米	金茸細粉	乾粉絲	地瓜湯	地瓜
		紫米				海苔片		低脂絞肉		
						香鬆		金針菇		
						肉鬆		蔥		
								蒜仁		

114年7月暑假加托服務餐點表

	7/21 星期一		7/22 星期二		7/23 星期三		7/24 星期四		7/25 星期五	
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容
早點	麻醬麵	小烏龍麵	鮮奶饅頭	鮮奶饅頭	香菇竹筍粥	白米	紅豆麵包	紅豆麵包	茶葉蛋	茶葉蛋
		麻醬	決明茶	決明茶		竹筍	牛奶	牛奶	柚子茶	柚子茶
		花生粉				肉絲				
						乾香菇				
午餐	芋香飯	芋頭	五穀飯	五穀米	高麗菜飯	白米	糙米飯	糙米	燕麥飯	燕麥
		白米		白米		高麗菜		白米		白米
	竹筍燉肉	梅花肉	紅蘿蔔炒素雞	紅蘿蔔		肉絲	醬冬瓜肉燥	冬瓜醬	蔥汁雞	雞胸肉丁
		竹筍		素雞		紅蘿蔔		絞肉		蠔油
	金針菇燴絲瓜	金針菇	金沙杏鮑菇	鹹蛋		乾香菇		冬瓜		嫩薑絲
		絲瓜		杏鮑菇	玉米濃湯	玉米粒		蔥		青蔥
	海芽小魚湯	海帶芽	枸杞山藥湯	枸杞		玉米醬	菜脯蛋	菜脯	滷油豆腐	油豆腐
		叻仔魚		山藥		蛋		蛋	蓮藕大骨湯	蓮藕
	時蔬	時蔬	時蔬	時蔬		素火腿	番茄蔬菜湯	番茄		大骨
	當季水果	當季水果	當季水果	當季水果		洋蔥		高麗菜	時蔬	時蔬
						紅蘿蔔		紅蘿蔔	當季水果	當季水果
					時蔬	時蔬		白蘿蔔		
					當季水果	當季水果	時蔬	時蔬		
							當季水果	當季水果		
午點	仙草凍	仙草	羅漢齋麵疙瘩	水餃皮	雞肉炒河粉	板條	肉絲豆腐羹	豆腐	家常滷味	甜不辣
				紅蘿蔔		雞絲		豬肉絲		白蘿蔔
				大白菜		乾香菇絲		竹筍		炸豆包
				生香菇		蔥		生香菇		
				炸豆包		豆芽菜				

114年7月暑假加托服務餐點表

	7/28星期一		7/29星期二		7/30星期三		7/31星期四			
	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容	餐點名稱	食材內容		
早點	肉燥乾麵	麵	黑糖饅頭	黑糖饅頭	芹香肉末粥	白米	地瓜吐司	地瓜吐司		
		絞肉	低糖豆漿	低糖豆漿		絞肉	牛奶	牛奶		
		小白菜				香菇丁				
		蔥				芹菜				
		油蔥酥								
午餐	芋香飯	芋頭	五穀飯	五穀米	竹筍雞肉飯	白米	糙米飯	糙米		
		白米		白米		雞腿丁		白米		
	山藥燉肉	豬肉	紅蘿蔔炒蛋	紅蘿蔔		竹筍	鳥蛋滷肉	鳥蛋		
		山藥		蛋		乾香菇		梅花肉塊		
		紅蘿蔔	木耳炒高麗菜	木耳		紅蘿蔔	家常豆腐	豆腐		
	玉米豆干丁	玉米		高麗菜	絲瓜肉絲湯	絲瓜		蔥		
		豆干丁	紫菜豆腐湯	紫菜		豬肉	翡翠小魚湯	菠菜		
	肉羹湯	肉羹		豆腐		薑		吻仔魚		
		黑木耳		蔥	時蔬	時蔬		芹菜末		
		雞蛋	時蔬	時蔬	當季水果	當季水果	時蔬	時蔬		
		菜頭	當季水果	當季水果			當季水果	當季水果		
	時蔬	時蔬								
	當季水果	當季水果								
午點	冬瓜QQ	冬瓜磚	貝殼麵濃湯	貝殼麵	蘿蔔糕	蘿蔔糕	咖哩冬粉	冬粉		
		芋圓		火腿丁	蜂蜜檸檬汁	蜂蜜		雞胸肉絲		
		地瓜園		洋菇		檸檬汁		紅蘿蔔		
				洋蔥				馬鈴薯		
				馬鈴薯				咖哩塊		
				白醬料理塊						
4										

★本份餐點如對芒果、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品過敏者，請聯繫班級老師。