

臺中市私立愛森倫幼兒園 114 年 7 月餐點表

日期	早上點心		午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧	豆肉蛋魚	蔬菜	水果
2025/07/01	二	蔬菜餅乾、牛奶	十穀米飯、清蒸魚片、紅蘿蔔炒蛋、季節青菜、味噌豆腐湯、水果	羅宋蔬菜麵	√	√	√	√
2025/07/02	三	慶生會	台式炒麵、蔥花蛋花湯、水果	高麗菜鹹粥	√	√	√	√
2025/07/03	四	魚丸芹菜冬粉	地瓜飯、糖醋雞丁、番茄金針菇、季節青菜、大黃瓜排骨湯、水果	仙草蜜	√	√	√	√
2025/07/04	五	牛奶、銀絲卷	白米飯、香菇肉燥、韭黃炒豆干、季節青菜、柴魚海牙湯、水果	馬鈴薯玉米濃湯	√	√	√	√
2025/07/05	六							
2025/07/06	日							
2025/07/07	一	木須番茄麵	胚芽米飯、香菇肉燥豆輪、金沙南瓜、季節青菜、冬瓜排骨湯、水果	綠豆地瓜湯	√	√	√	√
2025/07/08	二	日式關東煮	十穀米飯、吻仔魚炒蛋、韭香炒豆干、季節青菜、清香蘿蔔湯、水果	牛奶、全麥吐司	√	√	√	√
2025/07/09	三	玉米雞茸粥	咖哩豬肉洋芋燴飯、紫菜蛋花湯、水果	餛飩麵	√	√	√	√
2025/07/10	四	莧菜小魚豆腐羹	地瓜飯、糖醋魚片、毛豆肉末玉米、季節青菜、海帶蛋花湯、水果	紅豆豆花	√	√	√	√
2025/07/11	五	豆漿、黑糖饅頭	白米飯、梅干控肉、涼拌豆干絲、季節青菜、豆腐丸子湯、水果	油豆腐細粉	√	√	√	√
2025/07/12	六							
2025/76/13	日							
2025/07/14	一	高麗菜水餃湯	胚芽米飯、螞蟻上樹、菜圃煎蛋、季節青菜、洋芋排骨湯、水果	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
2025/07/15	二	芋頭肉末粥	十穀米飯、魚丁燒豆腐、蘿蔔滷麵筋、季節青菜、冬瓜排骨湯、水果	肉羹冬粉	√	√	√	√
2025/07/16	三	吻仔魚滑蛋粥	廣州炒飯、包白什錦湯、水果	南瓜牛奶西米露	√	√	√	√
2025/07/17	四	牛奶、全麥吐司	地瓜飯、炸花枝丸、日式蒸蛋、季節青菜、金針排骨湯、水果	麵線糊	√	√	√	√
2025/07/18	五	魚丸冬粉湯	白米飯、蒜香炒絞肉、醋溜土豆絲、季節青菜、味噌豆腐湯、水果	清涼檸檬愛玉	√	√	√	√
2025/07/19	六							
2025/07/20	日							
2025/07/21	一	絲瓜蛋花麵線	胚芽米飯、海苔肉鬆、青椒甜條、季節青菜、海帶蛋花湯、水果	清粥小菜	√	√	√	√
2025/07/22	二	奶香蘑菇濃湯	十穀米飯、芹菜豆腐魚、銀芽炒肉絲、季節青菜、蔬菜小魚湯、水果	客家板條	√	√	√	√
2025/07/23	三	高麗菜鹹粥	番茄義大利肉醬麵、水果	草莓吐司、牛奶	√	√	√	√
2025/07/24	四	豆漿、雞蛋餅	地瓜飯、炸雞排、蒜末蒸蛋、季節青菜、蛤蠣冬瓜湯、水果	綠豆豆花	√	√	√	√
2025/07/25	五	瓠瓜麵	白米飯、魚香肉絲、金沙豆腐、季節青菜、蘿蔔丸子湯、水果	蔬菜銀魚粥	√	√	√	√
2025/07/26	六							
2025/07/27	日							
2025/07/28	一	蔬菜水餃湯	胚芽米飯、紅蘿蔔燒肉、玉米炒蛋、季節青菜、番茄蔬菜湯、水果	肉羹麵線	√	√	√	√
2025/07/29								
2025/07/30			} 暑假					
2025/07/31								

★本園每日供應蔬果類，肉類食品一律採用 CAS 國產豬肉、雞肉，因市場供需，餐點會彈性調整。★本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麵質之穀物及上述所列製品，不適合過敏者食用。幼兒如有過敏 家長請事先告知。

