

日期 Date	早餐 Breakfast	午餐 Lunch Menu's Detail					下午茶點心 Afternoon Snack	營養成分分析 Nutrition Facts							
		糙米飯 Brown Rice	高麗菜雲耳炒肉片 Stir-fried Pork with Cabbage and Black Fungus	鮮菇增綠瓜 Stir-fried Sponge Gourd and Enoki Mushroom	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit		金針排骨湯 Daylily and Pork Ribs Soup	紅醬雞肉燻鴨腿 Chicken Farfalle with Marinara Sauce	全穀雜糧類 (g)	蛋白質類 (g)	蔬菜類 (g)	水果類 (g)	乳製品類 (g)	熱量 (kcal)
8/3 (一)	黑糖薑汁地瓜湯 Sweet Potato Soup with Ginger and Brown Sugar	糙米飯 Brown Rice	高麗菜雲耳炒肉片 Stir-fried Pork with Cabbage and Black Fungus	鮮菇增綠瓜 Stir-fried Sponge Gourd and Enoki Mushroom	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	金針排骨湯 Daylily and Pork Ribs Soup	紅醬雞肉燻鴨腿 Chicken Farfalle with Marinara Sauce	6.1	2.0	1.8	1.9	1	0.0	780
	地瓜 薑 黑糖	糙米、白米	豬肉片 高麗菜 雲耳	綠瓜 金針菇 枸杞			金針花 龍骨丁	燻鴨腿 雞肉絲 番茄 洋葱 菜豆 黃甜椒 西洋芹							
8/4 (二)	南瓜山藥小米粥 Pumpkin, Chinese Yam, and Millet Porridge	白飯 Rice	六△蒲燒鯛魚 Kabayaki Sea Bream	洋芋炒蛋 Scrambled Eggs with Potato	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	冬瓜排骨湯 Winter Melon Soup with Pork Ribs	手作BBQ嫩雞披薩 Handmade Pizza	6	2.2	1.8	1.8	1	0.1	763
	白米 雞紋肉 南瓜 山藥 小米	白米	蒲燒鯛魚	馬鈴薯 雞蛋 玉米			冬瓜 龍骨丁 枸杞	厚片吐司 雞肉絲 洋葱 彩椒 青豆仁 起司絲							
8/5 (三)	日式柚香豬肉烏龍麵 Yuzu Pork Udon	風味主食日	沙茶豬肉炒麵(含芝麻) Fried Noodles with Pork and Shacha Sauce (contain Sesame)	香滷翅腿 Braised Chicken Drumettes	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	髮菜羹湯 Chinese Black Moss Soup	紅豆芋圓豆花 Tofu Pudding with Red Beans and Taro Balls	5.8	2	1.7	1.8	1	0	768
	烏龍麵 豬肉片 季節青菜 洋葱 紅蘿蔔 柚子蟹(鮑)		黃油麵 豬肉絲 季節青菜 紅蘿蔔 洋葱 素沙茶(含芝麻)	短小饅頭X2			金針菇 髮菜 豬肉絲	豆花 芋圓 紅豆							
8/6 (四)	2種新鮮水果+麥片+鮮奶 Fruits + Cereal + Milk	白飯 Rice	◎腐乳炸雞丁 Deep-fried Chicken with Fermented Bean Curd	冬瓜燒麵輪 Braised Gourd and Wheat Gluten	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	白菜蛋花湯 Chinese Cabbage and Egg Drop Soup	☆日式豚炊飯 Japanese Pork Takikomi Gohan	5.9	2	1.9	2.5	1.8	0.5	873
	水果+麥片+鮮奶(鮑、大豆、奶)	白米	清肉丁 豆腐乳	冬瓜 麵輪 豬絞肉 筍筍小卷			大白菜 雞蛋 青蔥	白米 豬絞肉 毛豆仁 玉米 洋葱 煎魚							
8/7 (五)	蔥蛋窩窩頭+米漿 Steamed Bun+Peanut Rice Milk	風味主食日	日式雞肉炊飯 Japanese Chicken Rice	照燒醬烤豬排 Roasted Pork Chop with Teriyaki	季節蔬菜 Fresh Vegetable	水果 Fruit	日式豆皮味噌湯 Miso Tofu Skin Soup	奶油餐包+陳皮紅囊茶 Butter Bun+ Tangerine Peel and Red Date Tea	5.8	2.1	1.7	1.8	1	0.1	763
	窩窩頭 雞蛋 蔥+米漿(鮑、蛋、花生芝麻)		白米 清肉丁 高麗菜 紅蘿蔔 香菇 玉米 筍 胡豆	里肌肉排切 洋葱			豆皮細絲 海帶芽 青蔥	奶油餐包(鮑、蛋、奶)+去籽紅囊 陳皮							
8/10 (一)															
8/11 (二)															
8/12 (三)															
8/13 (四)															
8/14 (五)															
8/17 (一)															
8/18 (二)															
8/19 (三)															
8/20 (四)															
8/21 (五)															
8/24 (一)															
8/25 (二)															
8/26 (三)															
8/27 (四)															
8/28 (五)															

暑期愉快

◎表油炸物 Deep-fried Food
△表魚類 Fish
★表帶殼海鮮 Shrimp and Shelled Seafood
幼兒園飲品甜度6以下
幼兒園食材一律使用國產糖、牛肉
幼兒園未使用輻射污染食品
沙茶醬使用含芝麻的全素沙茶醬，不含花生成分

菜單開立：陳鈺文(新北食品股份有限公司營養師)

菜單審核：(康橋國際學校林口校區營養師)