



2026 年 7 月幼兒營養餐點

☐雪泥園

☐成長園

日期	星期	營養早餐	美味午餐						下午點心
1	三	鄉村野菇細麵	芝麻/養生飯	梅干扣肉	拔絲地瓜	時蔬	海芽味噌湯	水果	巧果餅 冬瓜茶
2	四	高麗菜小米粥	古早味金瓜炒米粉				酸辣湯	水果	芹菜香芋粥
3	五	黑糖饅頭 濃豆漿	雪蓮/活力飯	鹹酥雞	番茄炒蛋	時蔬	大黃瓜排骨湯	水果	綠豆薏仁湯
6	一	芋頭吐司 薏仁漿	超人氣甜味咖哩飯				牛蒡大骨湯	水果	麻醬乾拌麵
7	二	玉米肉末粥	青蔬/彩虹飯	蔭瓜仔肉	芙蓉蒸蛋	時蔬	金針排骨湯	水果	營養毛豆莢
8	三	豆皮麵線	五穀/養生飯	洋蔥肉絲	紅燒馬鈴薯	時蔬	青菜豆腐湯	水果	歡樂慶生會
9	四	茄紅小米粥	開陽白菜肉絲炒烏龍麵				白玉大骨湯	水果	吻仔魚粥
10	五	原味饅頭 濃豆漿	南瓜/活力飯	彩椒雞米花	家常豆腐	時蔬	三絲大骨湯	水果	地瓜西米露
13	一	起司吐司 南瓜漿	五彩什錦蛋炒飯				竹筍排骨湯	水果	油豆腐湯麵
14	二	台式鹹粥	薑黃/彩虹飯	紅燒獅子頭	韭菜烘蛋	時蔬	玉米大骨湯	水果	鮮肉餛飩湯
15	三	肉燥湯麵	紅藜/養生飯	木耳炒肉絲	客家小炒	時蔬	三絲排骨湯	水果	海苔餅 麥茶
16	四	黃金小米粥	青豌豆肉羹麵					水果	港式廣東粥
17	五	黑糖饅頭 濃豆漿	地瓜/活力飯	洋芋雞丁	紅蘿蔔炒蛋	時蔬	瓠瓜大骨湯	水果	紫米甜粥
20	一	葡萄吐司 地瓜漿	麻婆豆腐燴飯					水果	陽春麵
21	二	滑蛋四喜粥	紅蘿/彩虹飯	高升排骨	玉子燒	時蔬	薑絲南瓜湯	水果	冬菜細粉湯
22	三	什錦雞絲麵	燕麥/養生飯	筍絲滷肉	唐揚杏鮑菇	時蔬	香菇排骨湯	水果	飛機餅 冬瓜茶
23	四	地瓜小米粥	眷村榨醬麵/川燙小黃瓜				酸辣湯	水果	香菇竹筍粥
24	五	五穀饅頭 濃豆漿	紅豆/活力飯	香滷雞絲	家常豆腐	時蔬	榨菜排骨湯	水果	元氣八寶粥
27	一	紅豆吐司 芝麻漿	錦繡肉絲蛋炒飯				番茄蛋花湯	水果	百菇湯麵
28	二	青蔬鹹粥	椰菜/彩虹飯	肉末豆乾丁	三色木須	時蔬	冬瓜大骨湯	水果	魚香米粉湯
29	三	三絲細麵	薏仁/養生飯	糖醋里肌	涼拌海帶芽	時蔬	羅宋排骨湯	水果	咕咕餅 麥茶
30	四	五行小米粥	蕃茄鮮菇義大利麵				絲瓜大排骨	水果	皮蛋瘦肉粥
31	五	黑糖饅頭 濃豆漿	黃豆/活力飯	南瓜雞丁	蔬菜煎蛋	時蔬	紅燒排骨湯	水果	紅豆燕麥粥

備註：

◎餐點內容配合時令季節設計，如遇特殊狀況將會適時彈性微調。

◎本園一律使用國產豬食材並提供優良廠商供應證明；本園黃豆製品均採用非基因改造食材。

◎慶生會為當月壽星準備【小雞腿】一份，其他幼生【有機養生蛋】一顆。

◎本園提供之甜湯及飲品，皆以無糖或微糖為熬煮調製原則，豆漿類則為自製飲品。

◎飯類：彩虹飯(有機薑黃粉、紅蘿蔔汁、紫高麗菜汁、菠菜汁/青蔬汁等)、活力飯(黃豆、小米、綠豆、紅豆、地瓜、南瓜…等)、養生飯(糙米、黑芝麻、燕麥、紅藜、紫米、薏仁、鷹嘴豆、三色藜麥等)。

◎時令青蔬：高麗菜、萵苣、地瓜葉、芥菜、鵝白菜、花椰、莧菜…等。

◎時令水果：香蕉、蘋果、葡萄、火龍果、楊桃、木瓜、鳳梨、西瓜…等。