

臺中市立東勢幼兒園 幼兒餐點表【109年07月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	7/1~7/3	早點 午餐 午點	 CONGRATULATIONS CLASS OF 2020		★生日蛋糕+鮮奶 (紅藜飯) 豆豉彩椒燴百頁 美味蒸蛋 季節時蔬 蕃茄黃芽湯 四季水果 肉燥拉麵	蘑菇濃湯 (營養糙米飯) 蠔油燴雞 竹筍炒肉絲 季節時蔬 翡翠蛋花湯 四季水果 中華豆花	鹹蛋肉末粥 香菇肉絲炒米粉 季節時蔬 薑絲鴨肉湯 四季水果 麵包+黑芝麻豆漿
第二週	7/6~7/10	早點 午餐 午點	元寶湯 (營養糙米飯) 香菇雞 白玉燴三絲 季節時蔬 冬菜肉片湯 四季水果 穀類脆片+鮮奶	聰明鮭魚穀粥 客家炒板條 季節時蔬 甘味雞湯 四季水果 水煮蛋沙拉	★蔬菜銀魚羹 (高纖麥片飯) 紅燒素雞 蒲瓜燴蛋 季節時蔬 味噌海芽湯 四季水果 全麥吐司+鮮奶	銀絲捲+豆漿 (養生紫米飯) 魚香肉絲 韭香什錦 季節時蔬 青菜蛋花湯 四季水果 仙草蜜	雞絲麵 (松子糙米飯) 喜相逢 麻婆豆腐 季節時蔬 竹筍籤骨湯 四季水果 海苔香鬆飯手捲
第三週	7/13~7/17	早點 午餐 午點	饅頭+米漿 (紅藜飯) 照燒雞 雙色炒蛋 季節時蔬 牛蒡腰果排骨湯 四季水果 麵線糊	酸辣濃湯 (香Q白米飯) 紅蔘焯肉 開陽肉末長豆 季節時蔬 海菜魚丸湯 四季水果 桂圓甜八寶	★洋芋鹹粥 羅漢齋炒麵 季節時蔬 紅燒玉米湯 四季水果 米香+優酪乳	蔥香抄手+蛋花湯 (營養糙米飯) 瓜仔肉 丁香豆干 季節時蔬 黃瓜大骨湯 四季水果 粿仔條	麵包+鮮奶 (營養糙米飯) 清蒸魚片 蠔油洋蔥爆肉絲 季節時蔬 金針湯 四季水果 滷味+枸杞飲
第四週	7/20~7/24	早點 午餐 午點	大麵羹 夏威夷鳳梨雞肉炒小米飯 季節時蔬 蒲仔排骨湯 四季水果 包子+鮮奶	★高鈣小魚粥 (養生紫米飯) 三杯麵腸 蔥花蛋 季節時蔬 鮮採菇菇湯 四季水果 廣式燒賣+豆漿	烏龍湯麵 (營養糙米飯) 椒鹽魚條 蕃茄肉醬 季節時蔬 丁香空心菜湯 四季水果 鮮奶紅豆西米露	竹筍鹹粥 (香Q白米飯) 蔥燒雞腿丁 麻婆茄子 季節時蔬 黃金蜆湯 四季水果 QQ玉米條	肉燥河粉湯 (小薏仁飯) 味噌燒肉片 花生炒四色 季節時蔬 冬瓜大骨湯 四季水果 統一布丁
第五週	7/27~7/31	早點 午餐 午點	家常麵疙瘩 (高纖麥片飯) 打拋豬 皮蛋豆腐 季節時蔬 蘿蔔排骨湯 四季水果 蔥花捲+鮮奶	雞肉滑蛋粥 (紅藜飯) 蔥薑燒魚 黃瓜炒肉羹 季節時蔬 木須肉絲湯 四季水果 珍珠丸子+豆漿	★鮮肉細粉湯 (香Q白米飯) 素燥滷蛋 糖醋油腐 季節時蔬 甘杞絲瓜湯 四季水果 綠豆湯	客家鹹湯圓 (營養糙米飯) 蒜香鴨 養生菇菇滷 季節時蔬 青木瓜大骨湯 四季水果 藜麥三彩拌飯+紫菜湯	古都擔仔麵 咖哩雞肉小米飯 涼拌小黃瓜 綜合蔬菜湯 四季水果 杯子蛋糕+鮮奶

防疫期間，我們可以這樣做

你的一小步 是全體防疫的一大步



搭乘大眾運輸、搭電梯、出入人潮擁擠場所
或無法保持社交距離時，請戴上口罩。



出入公共場合、搭乘大眾運輸後、吃東西前、
返家後，記得先肥皂洗手。



防疫期間少出門、少去人多場所，在家做運動、看書、打電動、追劇也很chill！



出現發燒、呼吸道症狀別慌張，戴上口罩速就醫，如有可能接觸史請告知醫師，以利診斷，在家多休息，康復再出門。