



2026

中鋼幼兒園

6月份

餐點計劃表

日期	早上點心	午餐 + 水果	下午點心
6/1(一)	玉米糙米脆片+牛奶	古早味竹筍鹹粥+番茄炒蛋+ 巨峰葡萄	芝麻包+薏仁漿
6/2(二)	小白菜雞絲麵	白飯+壽喜燒肉片+木耳鵝白菜+蘿蔔玉米黑輪湯+ 蘋果	綠豆湯
6/3(三)	奶油麵包+無糖麥茶	咖哩烏龍麵+白煮蛋+高麗菜排骨湯+ 香蕉	珍珠丸子+紫菜湯
6/4(四)	豬肉餡餅+味噌湯	藜麥飯+洋蔥豬柳+絲瓜+番茄海帶豆腐湯+ 小番茄	義美鮮奶酪
6/5(五)	蘿蔔糕+柴魚湯	地瓜飯+蔥油燜雞+菇菇空心菜+豆薯蛋花湯+ 西瓜	藍莓麵包+無糖豆漿
6/8(一)	小肉包+紫菜湯	鮭魚玉米蛋炒飯+洋蔥油豆腐味噌湯+ 芒果	馬拉糕+無糖麥茶
6/9(二)	起士全麥吐司+牛奶	紫米飯+蘋果咖哩雞丁+地瓜葉+絲瓜蛤蜊湯+ 鳳梨	黑糖原味豆花
6/10(三)	生日蛋糕-6月慶生	番茄肉絲蛋花疙瘩湯+和風蔬菜煮+ 香蕉	蔥香菇鮑魚粥
6/11(四)	古早味陽春麵	白飯+香蒸肉末香菇豆腐+開陽白菜+金針枸杞雞湯+ 木瓜	蒸地瓜+黑豆茶
6/12(五)	紅豆包+米漿	黑豆飯+小黃瓜燴雞柳+炒三絲+牛蒡四神湯+ 西瓜	燒賣+柴魚湯
6/15(一)	黑糖小饅頭+薏仁漿	水餃+味噌白菜蛋花湯+ 芒果	玉米片+仙草凍
6/16(二)	小白菜餛飩湯	明邦廳粽子+五行排骨湯+ 鳳梨	義美布丁
6/17(三)	蛋糕捲+牛奶	奶油蝦仁義大利麵+香滷鵝鶉蛋+羅宋湯+ 香蕉	蕎麥銀魚粥
6/18(四)	鬆餅+紅棗枸杞茶	地瓜飯+麻婆豆腐+紅蘿蔔青花菜+什錦鮮菇湯+ 西瓜	毛豆莢+無糖麥茶
6/22(一)	絲瓜粥+魚鬆	魚片海鮮飯湯+奇亞籽蒸蛋+ 芒果	芝麻豆漿豆花
6/23(二)	奶皇包+牛奶	白飯+南瓜燒五花+高麗菜+冬瓜蚬仔湯+ 木瓜	桂圓小米粥
6/24(三)	小蒸餃+海帶湯	客家米苔目(湯)+秋葵炒蛋+ 香蕉	小餐包+冬瓜檸檬茶
6/25(四)	麻香麵線	十穀飯+酥炸旗魚塊+茄子+蒜頭雞湯+ 西瓜	地瓜西米露
6/26(五)	鮭魚吐司+決明子茶	藜麥飯+橙汁排骨+瓠瓜杏鮑菇+玉米竹筍湯+ 鳳梨	香芋甜湯
6/29(一)	莓果燕麥+無糖豆漿	蘑菇雞肉燉飯+番茄魚片湯+ 芒果	紅豆紫米粥
6/30(二)	港式蘿蔔糕湯	胚芽飯+馬鈴薯燒排骨+地瓜葉+小魚干豆腐味噌湯+ 西瓜	三明治餅乾+檸檬愛玉

備註:

- 一、本園餐點供應台糖國產豬肉；桂冠、鼎宇及禎祥食品；中鋼烘焙部麵包。
- 二、本園餐點蔬果安排以當令為主，餐點依全穀根莖類、豆蛋魚肉類、蔬菜、水果、乳品及油脂，少高加工食品的使用，為幼兒飲食安全做最好的把關。
- 三、時蔬及餐點會以市場狀況彈性調整，鋼幼健康成長餐，低油、低糖、長高不長胖。
- 四、蔬食日 6/18。

