

# 財團法人國家衛生研究院附設苗栗縣私立幼兒園7月菜單



廚工：陳傳國

		早點心			午餐						午點心		
日期	週	主食	副食	副食	主菜	副菜一	副菜二	副菜三	湯	水果	主食	副食	
8	7/1	一	蛋餅	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	朴菜筍干	青菜	蔬菜海味湯	水果	關東煮	
	7/2	二	黑糖桂圓饅頭	米漿		金瓜燒肉	香滷海帶片	毛豆干丁	青菜	玉米蛋花湯	水果	味噌烏龍麵	
	7/3	三	(草莓)大亨堡	牛奶		芝麻烤雞腿	糖醋女婿蛋	小瓜香菇	青菜	酸菜豬血湯	水果	烤地瓜	綠豆QQ
	7/4	四	芙蓉鮮菇粥	肉鬆	青菜	香煎魚	螞蟻上樹	滷白菜	青菜	紫菜蛋花湯	水果	蔥油派	冬瓜茶
	7/5	五	鍋貼	豆漿		蔥爆雞肉	蜜棗地瓜	白花熱狗	青菜	四神湯	水果	鮮肉包	紅豆湯
1	7/8	一	銀絲卷	米漿		瓜仔肉	香腸	紅燒豆腐	青菜	海帶芽湯	水果	甜八寶粥	
	7/9	二	蘿蔔糕	豆漿		水餃	糖醋豆包	魚香三色	青菜	白菜肉羹湯	水果	肉羹麵線	
	7/10	三	蛋餅	阿華田		梅干滷肉	絲瓜麵線	紅蘿蔔炒蛋	青菜	榨菜三絲湯	水果	小蛋糕	麥茶
	7/11	四	地瓜粥	香菇麵筋	青菜	紅燒肉排	蔬菜咖哩	醬爆干丁	青菜	蘿蔔魚丸湯	水果	水煮玉米	椰漿西米露
	7/12	五	全麥饅頭	米漿		肉絲炒麵	香料烤雞腿	青菜1	青菜2	酸菜豬血湯	水果	油飯	蛋花湯
2	7/15	一	鍋貼	豆漿		清蒸魚	蕃茄炒蛋	吻魚海芽	青菜	味噌豆腐湯	水果	豆沙包	玉米濃湯
	7/16	二	芙蓉蔬菜粥	滷油豆腐	青菜	夏威夷炒飯	脆瓜玉米	蔬香豆干	青菜	青菜蛋花湯	水果	油蔥河粉湯	
	7/17	三	奶黃包	豆漿		養生飯+京醬燒肉	季豆香胛	沙茶冬粉	青菜	玉米雞湯	水果	餡餅	營養麥片
	7/18	四	抓餅	米漿		香烤雞腿	玉米肉茸	瓜仔肉	青菜	朴菜筍片湯	水果	小銀絲卷	愛玉山粉圓湯
	7/19	五	蘿蔔糕	豆漿		台式炒麵	清蒸魚片	香酥龍鳳腿	青菜	銀蘿貢丸湯	水果	茶葉蛋	綠豆湯
3	7/22	一	蛋餅	豆漿		照燒滷肉	醬燒甜不辣	小瓜肉絲	青菜	雙色蘿蔔湯	水果	白珍珠	味噌豆腐湯
	7/23	二	蔬菜蛋吐司	鮮奶		清蒸魚	紹子豆腐	爆蒜南瓜	青菜	鮮瓜雞湯	水果	魚丸細粉湯	
	7/24	三	銀魚翡翠粥	肉鬆	青菜	雞柳炒烏龍麵	青椒肉絲	枸杞蒸蛋	青菜	紫菜蛋花湯	水果	黑糖捲	地瓜QQ
	7/25	四	菜肉包	米漿		蔥爆肉片	椒鹽刈薯杏菇	塔香茄子	青菜	冬菜粉絲湯	水果	葡萄乾吐司	紅豆西米露
	7/26	五	薯泥大亨堡	豆漿		油蔥雞絲飯	鮮菇玉米	黃金薯條	青菜	蔬菜豆腐湯	水果	關東煮	
4	7/29	一	河粉蛋餅	豆漿		瓜仔肉排	咖哩洋芋	枸杞花椰	青菜	四神湯	水果	烤地瓜	鳳梨西米露
	7/30	二	法式吐司	牛奶		蜜汁烤雞腿	蟹絲大瓜	螞蟻上樹	青菜	白菜蕃茄湯	水果	蔥油餅	冬瓜茶
	7/31	三	蒸餃	米漿		養生飯+筍干滷肉	花生麵筋	扁蒲魚丸	青菜	豆芽海芽湯	水果	黑糖捲	枸杞紅棗茶