 **正和書院附設光明幼兒園 109年 7 月份菜單**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 早上點心 | 午餐 | 下午點心 |
| 1 | 三 | 美味水果 | 梅干烤麩､枸杞南瓜､有機蔬菜 | 香菇竹筍湯 | 清粥小菜 |
| 2 | 四 | 醬汁豆包､百菇銀芽､有機蔬菜 | 海帶味噌湯 | 仙草蜜 |
| 3 | 五 | 滷海帶､金針菇燴絲瓜､有機蔬菜 | 匏瓜猴頭菇湯 | 米粉湯 |
| 6 | 一 | 炸醬麵 | 大黃瓜菇菇湯 | 南瓜濃湯 |
| 7 | 二 | 紅燒豆腐､小黃瓜三色丁､有機蔬菜 | 牛蒡胡蘿蔔湯 | 雞絲麵 |
| 8 | 三 | 梅干滷筍干､塔香茄子､有機蔬菜 | 豆包蔬菜湯 | 炒飯 |
| 9 | 四 | 紅燒豆干､豆芽菜三絲､有機蔬菜 | 玉米菇菇湯 | 紅豆西米露 |
| 10 | 五 | 什錦咖哩､糖醋敏豆､有機蔬菜 | 莧菜什錦湯 | 吐司.冬瓜茶 |
| 13 |  一 | 什錦炒麵 | 筍片丸子湯 | 饅頭、麥茶 |
| 14 | 二 | 南瓜豆腐煲､玉米三色丁､有機蔬菜 | 百菇湯 | 蔬菜餛飩湯 |
| 15 | 三 | 瓜仔素燥､香根乾絲､有機蔬菜 | 海帶味噌湯 | 素香湯麵 |
| 16 | 四 | 滷油豆腐､三杯馬鈴薯､有機蔬菜 | 金針湯 | 薏仁湯 |
| 17 | 五 | 糖醋豆包､滷白菜､有機蔬菜 | 南瓜蔬菜湯 | 蔬菜餅 |
| 20 | 一 | 素羹麵 |  | 菜包、養生茶 |
| 21 | 二 | 香菇素肉燥、匏瓜三絲、有機蔬菜 | 山藥湯 | 粿仔條 |
| 22 | 三 | 麻婆豆腐､螞蟻上樹､有機蔬菜 | 蘿蔔玉米湯 | 什錦麵線 |
| 23 | 四 | 醬燒馬鈴薯､枸杞南瓜､有機蔬菜 | 海帶芽湯 | 菇菇麵 |
| 24 | 五 | 香椿豆腐､金針會絲瓜､有機蔬菜 | 番茄蔬菜湯 | 愛玉 |
| 27 | 一 | 紅燒麵 |  | 地瓜薯條 |
| 28 | 二 | 酸菜麵腸､咖哩花椰菜､有機蔬菜 | 莧菜豆腐湯 | 玉米蔬菜粥 |
| 29 | 三 | 醬燒百頁黑木耳、香菇美人腿､有機蔬菜 | 黃瓜丸子湯 | 水餃 |
| 30 | 四 | 瓜仔素肉燥､香煎豆腐､有機蔬菜 | 香菇豆包湯 | 綠豆地瓜湯 |
| 31 | 五 | 滷海帶､鮮菇炒甜豆､有機蔬菜 | 鮮筍湯 | 日式味噌麵 |