



日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心
3	一	黑糖饅頭	大黃瓜肉片燴飯・鯛魚味噌湯・水果	肉燥冬粉湯
4	二	玉米捲餅	糙米白飯・炸雞塊・家常什錦菇・有機時蔬・番茄青菜湯・水果	廣東粥
5	三	蒸地瓜	糙米白飯・五香豆干燒肉・涼拌黑木耳・有機時蔬・黃豆芽排骨湯・水果	陽春麵
6	四	水煮蛋	糙米白飯・豬肉片炒洋蔥・三色豆炒肉末・有機時蔬・瓠瓜大骨湯・水果	菠蘿麵包
7	五	銀絲捲	南瓜炒米粉・山藥蒜頭雞湯・水果	紅豆薏仁湯
10	一	海苔飯糰	日式炒烏龍麵・四神湯・水果	蔬菜雞蓉粥
11	二	蔬菜肉餅	糙米白飯・紅蘿蔔滷肉・涼拌海帶芽・有機時蔬・什錦鮮蔬湯・水果	肉羹麵線
12	三	玉兔小饅頭	糙米白飯・香滷小雞腿・螞蟻上樹・有機時蔬・金針花菇肉末湯・水果	綠豆湯
13	四	草莓吐司	糙米白飯・醬燒鯖魚・蔥炒蛋・有機時蔬・綜合鮮菇鮮肉湯・水果	海綿蛋糕
14	五	小餅乾・豆漿	炸醬麵・大黃瓜排骨湯・水果	紅豆麵包 晚餐：什錦炒飯、貢丸湯
20	四	藍莓吐司	糙米白飯・香滷豬肉片・麻婆豆腐・有機時蔬・田園蔬菜湯・水果	QQ 仙草蜜
21	五	綜合穀片・牛奶	咖哩雞肉飯・魚丸芹菜湯・水果	台式鹹粥
24	一	穀片・牛奶	鯖魚大滷麵・水果	燕麥奶
25	二	南瓜煎餅	糙米白飯・奶油香煎雞・涼拌素雞・有機時蔬・莧菜叻仔魚湯・水果	絲瓜意麵
26	三	乾拌麵	糙米白飯・洋蔥炒豬肉片・炒三絲・有機時蔬・紫菜豆腐湯・水果	蓮子薏仁甜湯
27	四	小餅乾・豆漿	糙米白飯・蒜泥白肉・小黃瓜炒豆皮・有機時蔬・養生菇湯・水果	竹筍肉末粥
28	五	鮮奶饅頭	客家炒粿條・竹筍貢丸湯・水果	米苔目甜湯
31	一	海苔捲餅	番茄鮮菇麵疙瘩・水果	什錦米粉湯
活動通知	★7/03 (一) 慶生會/自我保護及性別平等宣導 ★7/26 (三) 團體遊戲/夏日戲水安全宣導		★自強第 41 屆畢業典禮暨成果發表會★ 地點：自強種子幼兒園 時間：7 月 14 日(週五)晚上 18:00~21:00	

※本園每日餐點之豬肉均採用國產豬肉