

基隆市長興國民小學附設幼兒園 112 學年度暑假課後留園餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
7/3	一	黑糖饅頭/枸杞茶	三絲炒麵	水煮蛋/時令水果
7/4	二	螞蟻上樹	五彩繽紛炒飯	蜜汁棒腿/時令水果
7/5	三	什錦菇菇湯	肉羹麵線	鮭魚蛋吐司/時令水果
7/6	四	時蔬湯麵	茄汁雞肉燴飯	仙草蜜甜湯/時令水果
7/7	五	滑蛋瘦肉粥	炒粿仔條	奶黃包/時令水果
7/10	一	饅頭夾起司/蜜茶	蛋花湯餃	海苔飯捲/時令水果
7/11	二	擔仔麵	高麗菜玉米蛋炒飯	鮮肉鍋貼/時令水果
7/12	三	豆腐蛋花湯	炸醬麵	果醬吐司/時令水果
7/13	四	香菇雞絲麵	翡翠蛋炒飯	黑糖地瓜湯/時令水果
7/14	五	蔬菜蛋花粥	味噌拉麵	小籠湯包/時令水果
7/17	一	芋頭饅頭/豆漿	古早味米粉	香鬆飯團/時令水果
7/18	二	茄汁鐵板麵	黃瓜蛋炒飯	綜合滷味/時令水果
7/19	三	焦脆麵包丁玉米濃湯	日式炒烏龍	夾蛋吐司/時令水果
7/20	四	冬粉蛋花湯	洋蔥玉米蛋炒飯	芋頭牛奶西米露/時令水果
7/21	五	玉米雞蓉粥	魚丸米苔目	如意燒賣/時令水果
7/24	一	饅頭夾蛋/米漿	雙菇炒雞絲麵	茶碗蒸/時令水果
7/25	二	玉米通心麵	番茄炒蛋蓋飯	烤小棒腿/時令水果
7/26	三	竹筍香菇雞肉湯	客家粿條	芋泥三明治/時令水果
7/27	四	油豆腐粉絲湯	鮭魚炒飯	綠豆湯/時令水果
7/28	五	肉末香菇蛋花粥	蛋香絲瓜麵線	紫米珍珠丸/時令水果
7/31	一	雙色饅頭/優酪乳	木須炒餅	香菇雞肉拌飯/時令水果
8/1	二	京醬肉絲拌麵	古早味高麗菜飯	香酥蔥抓餅/時令水果

8/2	三	羅宋湯	雞肉義大利通心麵	肉鬆蛋吐司/時令水果
8/3	四	日式烏龍湯麵	肉絲蛋炒飯	花生仁湯/時令水果
8/4	五	瓠瓜肉絲粥	炒米粉	鮮肉包/時令水果
8/7	一	饅頭夾蛋肉鬆/枸杞茶	鮮蔬麵疙瘩	玉子燒飯糰/時令水果
8/8	二	香蔥雞絲拌麵	夏威夷蛋炒飯	高麗菜豬肉煎餃/時令水果
8/9	三	日式關東煮	肉醬義大利麵	玉米蛋吐司/時令水果
8/10	四	絲瓜餛飩湯	親子雞肉丼	紫米粥/時令水果
8/11	五	古早味鹹粥	香菇肉絲炒板條	叉燒包/時令水果

- 本園一律使用國產豬、雞肉食材，請安心食用。
- 點心與午餐的餐點表，皆有公布在長興國小網站上及校園食材登陸平台，家長可自行上網參考。

餐點管理：教保員 **陳秀碧** 教保組長 教師兼 **王崔榕** 園主任 教師兼 **張玉宜** 校長 基隆市七堵區長興國民小學 校長 **鄭兆斌**

已詳閱 112 學年度暑假課後留園〈基隆市長興國民小學附設幼兒園〉餐點內容，如您對於我們的餐點有任何意見，請將您的意見填寫於下列空白處，以做為我們日後餐點設計之參考。謝謝您的合作！

班級- \_\_\_\_\_ 幼兒姓名- \_\_\_\_\_ 家長簽章- \_\_\_\_\_

基隆市長興國民小學附設幼兒園 112 學年暑假餐點設計表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	食材名稱及份量		
112 · 07 · 03	一	黑糖饅頭/ 枸杞茶	三絲炒麵	水煮蛋/時 令水果	黑糖饅頭 20 顆 枸杞茶適量 (庫存)	木耳 0.3 公斤 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 5 顆 鴻喜菇 1 包 白細麵 1 公斤	雞蛋 20 顆 水果 5 份
112 · 07 · 04	二	螞蟻上樹	五彩繽 紛炒飯	蜜汁棒腿/ 時令水果	冬粉 0.6 公 斤 絞肉 0.3 公 斤(購買) 小白菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 豆芽菜 0.2 公斤	白米 0.6 公斤 雞蛋 5 顆 絞肉 0.3 公斤(購 買) 乾香菇適量(購 買) 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 蔥 0.02 公斤	小棒腿 50 支(庫存) 蜂蜜適量 (庫存) 砂糖適量 (庫存) 醬油適量 (庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 05	三	什錦菇菇湯	肉羹麵線	鮭魚蛋吐司 /時令水果	雪白菇 1 包 鴻喜菇 1 包 金針菇 0.3 公斤 薑 0.02 公斤 冬粉 0.3 公 斤	紅麵線 0.6 公斤 肉羹 0.6 公斤 大白菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 木耳 0.3 公斤	雞蛋 5 顆 鮭魚罐 1 罐 白吐司 2 包 (昶錡) 玉米粒 1 罐 水果 5 份
112 · 07 · 06	四	時蔬湯麵	茄汁雞肉 燴飯	仙草蜜甜湯 /時令水果	油麵 1 公斤 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 木耳 0.3 公 斤 雞蛋 5 顆 洋蔥 1 顆	白米 0.6 公斤 番茄 1 顆 洋蔥 1 顆 雞胸肉 0.5 公斤 (庫存) 番茄醬 1 瓶(大) (購買) 雞蛋 5 顆	仙草 0.6 公 斤 二號砂糖 (庫存) 水果 5 份

112 · 07 · 07	五	滑蛋瘦肉粥	炒粿仔條	奶黃包/時 令水果	肉絲 0.3 公 斤(購買) 白米 0.6 公 斤 高麗菜 0.3 公斤 雞蛋 5 顆 芹菜 0.02 公 斤 紅蘿蔔 1 條	粿仔片 1 公斤 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 蔥 0.02 公斤 豆芽菜 0.2 公斤 肉絲 0.3 公斤(購 買)	奶黃包 20 顆 水果 5 份
---------------------------	---	-------	------	--------------	--	---	-----------------------

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	食材名稱及份量		
112 · 07 · 10	一	饅頭夾起司 /蜜茶	蛋花湯餃	海苔飯捲/ 時令水果	白饅頭 20 個 起司片 適量 (庫存) 蜂蜜 適量 (庫存)	高麗菜豬肉水餃 50 顆 雞蛋 5 顆 蔥 0.02 公斤 番茄 1 顆	白米 0.6 公 斤 小黃瓜 1 條 雞蛋 5 顆 肉片 0.5 公 斤(庫存) 洋蔥 1 顆 海苔 30 片 (購買) 水果 5 份
112 · 07 · 11	二	擔仔麵	高麗菜玉 米蛋炒飯	鮮肉鍋貼/ 時令水果	絞肉 0.3 公斤 (購買) 細油麵 1 公斤 小白菜 0.3 公 斤 滷味包 適量 (庫存) 鴿子蛋 30 顆	白米 0.6 公斤 肉絲 0.3 公斤(購 買) 高麗菜 0.3 公斤 蔥 0.02 公斤 雞蛋 5 顆 紅蘿蔔 1 條 玉米粒 1 罐	鍋貼 30 個 (庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 12	三	豆腐蛋花湯	炸醬麵	果醬吐司/ 時令水果	味噌 1 小包 豆腐 1 盒 雞蛋 5 顆 柴魚片 1 小包 (1 包 0.02 公 斤)	絞肉 0.3 公斤(購 買) 細油麵 1 公斤 豆干 0.3 公斤 小黃瓜 1 條 甜麵醬 1 罐	全麥吐司 2 包(昶錡) 果醬 1 瓶 (庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 13	四	香菇雞絲麵	翡翠蛋炒 飯	黑糖地瓜 湯/時令水 果	雞絲麵 2 組 (1 組 5 入) 乾香菇 適量 (庫存) 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 5 顆 蔥 0.02 公斤 小白菜 0.3 公 斤	白米 0.6 公斤 青江菜 0.3 公斤 雞蛋 5 顆 洋蔥 1 顆 肉絲 0.3 公斤(購 買)	黑糖粉 適量 (庫存) 二號砂糖 適 量(庫存) 地瓜 0.6 公 斤 水果 5 份

112 . 07 . 14	五	蔬菜蛋花粥	味噌拉麵	小籠湯包/ 時令水果	白米 0.6 公斤 雞蛋 5 顆 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公 斤 芹菜 0.02 公 斤 玉米粒 1 罐	味噌 1 小包 烏龍麵 1 公斤 雞蛋 5 顆 豆腐 2 盒 蔥 0.02 公斤	小籠湯包 1 包(購買-禎 祥) 水果 5 份
---------------------------	---	-------	------	---------------	---	--	----------------------------------

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	食材名稱及份量		
112 · 07 · 17	一	芋頭饅頭/ 豆漿	古早味米 粉	香鬆飯團/ 時令水果	芋頭饅頭 20 個 豆漿 1 瓶 (2000CC- 購 買)	粗米粉 0.6 公斤 芹菜 0.03 公斤 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 豆芽菜 0.3 公斤 絞肉 0.3 公斤(購 買)	白米 0.6 公 斤 蔥 0.02 公 斤 雞蛋 5 顆 香鬆 1 罐 (購買) 水果 5 份
112 · 07 · 18	二	茄汁鐵板麵	黃瓜蛋炒 飯	綜合滷味/ 時令水果	油麵 1 公斤 絞肉 0.3 公 斤(購買) 番茄 2 顆 紅蘿蔔 1 條 洋蔥 1 顆 玉米粒 1 罐 番茄醬適量 (庫存)	白米 0.6 公斤 小黃瓜 2 條 雞蛋 5 顆 玉米粒 1 罐 洋蔥 1 顆	百頁豆腐 0.3 公斤 小貢丸 0.6 公斤 玉米筍 2 盒 白蘿蔔 1 條 滷味包適量 (庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 19	三	焦脆麵包 丁玉米濃 湯	日式炒烏 龍	夾蛋吐司/ 時令水果	奶油適量(庫 存) 白吐司 1 包 (昶錡) 鮮奶 1000CC *1(購買) 磨菇 1 盒 玉米粒 1 罐 玉米醬 1 罐	烏龍麵 1 公斤 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 5 顆 洋蔥 1 顆 肉絲 0.3 公斤(購 買)	全麥吐司 2 包(昶錡) 雞蛋 10 顆 鹽 適量(庫 存) 水果 5 份
112 · 07 · 20	四	冬粉蛋花 湯	洋蔥玉米 蛋炒飯	芋頭牛奶西 米露/時令 水果	冬粉 0.6 公 斤 雞蛋 5 顆 小白菜 0.3 公斤 肉絲 0.3 公 斤(購買) 蔥 0.02 公斤	白米 0.6 公斤 玉米粒 1 罐 雞蛋 5 顆 洋蔥 1 顆 肉絲 0.3 公斤(購 買) 紅蘿蔔 1 條	芋頭 1 個 鮮奶 1000cc *1(購買) 西米露 0.3 公斤 水果 5 份

112 · 07 · 21	五	玉米雞蓉粥	魚丸米苔目	如意燒賣/ 時令水果	白米 0.6 公斤 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 玉米粒 1 罐 肉絲 0.3 公斤(購買) 柴魚片 1 小包 (1 包約 0.02 公斤)	米苔目 0.6 公斤 鱈魚丸 0.6 公斤 小白菜 0.3 公斤 油豆腐 0.3 公斤 芹菜 0.02 公斤	如意燒賣 1 袋(購買- 禎祥) 水果 5 份
---------------------------	---	-------	-------	---------------	--	--	----------------------------------



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	食材名稱及份量		
112 · 07 · 24	一	饅頭夾蛋/ 米漿	雙菇炒雞 絲麵	茶碗蒸/時 令	黑糖饅頭 20 個 雞蛋 10 顆 鹽 適量(庫 存) 米漿 2000cc *1(購買)	雞絲麵 10 包 (1 組 5 包) 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 5 顆 蔥 0.02 公斤 鴻喜菇 1 包 雪白菇 1 包	雞蛋 10 顆 魚板 0.3 公 斤 竹輪 0.3 公 斤 雞胸肉 0.8 公斤 (庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 25	二	玉米通心麵	番茄炒蛋 蓋飯	烤小棒腿/ 時令水果	通心麵 1 包 玉米粒 1 罐 玉米筍 1 盒 綠花椰菜 1 朵 雞蛋 5 顆 雞胸肉 0.5 公斤(庫存)	白米 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 蔥 0.02 公斤 雞蛋 5 顆 番茄 2 顆 肉絲 0.3 公斤(庫 存)	小棒腿 50 支(庫存) 醬油適量 (庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 26	三	竹筍香菇雞 肉湯	客家板條	芋泥三明 治/時令水 果	竹筍 1 根 雞胸肉 0.5 公斤(庫存) 乾香菇 適量 (庫存) 雪白菇 1 包	肉絲 0.3 公斤(購 買) 板條 1 公斤 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 蔥 0.02 公斤 豆芽菜 0.3 公斤	白吐司 2 包 (昶錡) 芋頭 1 個 鮮奶 200cc *1(購買) 二號砂糖適 量(庫存) 水果 5 份
112 · 07 · 27	四	油豆腐粉絲 湯	鮭魚炒飯	綠豆湯/時 令水果	冬粉 0.6 公 斤 小白菜 0.3 公斤 鱈魚丸 0.6 公斤 油豆腐 0.3 公斤 芹菜 0.02 公 斤	白米 0.6 公斤 鮭魚 1 片(購買) 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 乾香菇 適量(庫 存) 蔥 0.02 公斤	綠豆 0.3 公 斤 二號砂糖 適量(庫存) 水果 5 份

112 . 07 . 28	五	肉末香菇蛋 花粥	蛋香絲瓜 麵線	紫米珍珠丸 /時令水果	絞肉 0.5 公 斤(購買) 白米 0.6 公 斤 雞蛋 5 顆 乾香菇 適量 (庫存) 蔥 0.02 公斤	白麵線 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 絲瓜 1 條 雞蛋 5 顆	紫米珍珠丸 1 袋(禎祥) 水果 5 份
---------------------------	---	-------------	------------	----------------	---	---	----------------------------

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	食材名稱及份量		
112 · 07 · 31	一	雙色饅頭/ 優酪乳	木須炒餅	香菇雞肉拌 飯/時令水 果	雙色饅頭 20 個 優酪乳 2000 Cc*1(購買)	紅蘿蔔 1 條 黑木耳 0.3 公斤 肉絲 0.3 公斤(購 買) 蔥油餅 1 包(購買) 蔥 0.02 公斤 高麗菜 0.3 公斤	乾香菇 適 量(庫存) 雞胸肉 0.5 公斤(庫存) 白米 0.6 公 斤 醬油 適量 (庫存) 水果 5 份
112 · 08 · 01	二	京醬肉絲拌 麵	古早味高 麗菜飯	香酥蔥抓餅 /時令水果	肉絲 0.3 公 斤(購買) 小黃瓜 1 條 蔥 0.02 公斤 甜麵醬 1 罐 醬油 少許 (庫存) 白細麵 0.6 公斤	白米 0.6 公斤 高麗菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 肉絲 0.3 公斤 (購買) 乾香菇 適量 (庫存)	蔥抓餅 1 包 (購買) 水果 5 份
112 · 08 · 02	三	羅宋湯	雞肉義大 利通心麵	肉鬆蛋吐司 /時令水果	番茄 2 顆 紅蘿蔔 1 條 高麗菜 0.3 公斤 馬鈴薯 3 顆 洋蔥 1 顆 乾香菇 適量 (庫存) 番茄醬 1 瓶 (購買)	雞胸肉 0.5 公斤 (購買) 洋蔥 1 顆 玉米筍 1 盒 四季豆 0.3 公斤 義大利麵 1 公斤	全麥吐司 2 包(昶錡) 肉鬆 1 罐 (購買)-用 1 半留給 8/7 雞蛋 5 顆 鹽 適量 (庫存) 水果 5 份

112 · 08 · 03	四	日式烏龍湯 麵	肉絲蛋炒 飯	花生仁湯/ 時令水果	烏龍麵 1 公 斤 肉片 0.3(購 買) 高麗菜 0.3 公斤 柴魚片 1 小 包(1 包約 0.02 公斤) 魚板 0.6 公 斤	肉絲 0.3 公斤(購 買) 雞蛋 5 顆 白米 0.6 公斤 蔥 0.02 公斤 紅蘿蔔 1 條 木耳 0.3 公斤	花生仁 0.3 公斤 二號砂糖 適量(庫存) 水果 5 份
112 · 08 · 04	五	瓠瓜肉絲 粥	炒米粉	鮮肉包/時 令水果	瓠瓜 1 顆 肉絲 0.3 公 斤(購買) 白米 0.6 公 斤 雞蛋 5 顆 乾香菇 適 量 (庫存) 紅蘿蔔 1 條	米粉 0.6 公斤 乾香菇 適量 (庫存) 紅蘿蔔 1 條 洋蔥 1 顆 蔥 0.02 公斤 芹菜 0.02 公斤 木耳 0.3 公斤 醬油 少許(庫存)	肉包 20 個  水果 5 份

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	食材名稱及份量		
112 · 08 · 07	一	饅頭夾蛋肉 鬆/枸杞茶	鮮蔬麵疙瘩	玉子燒飯糰 /時令水果	白饅頭 20 個 雞蛋 5 顆 肉鬆 適量(庫 存) 鹽 適量(庫 存) 枸杞 適量(庫 存)	麵疙瘩 1 公斤 高麗菜 0.3 公斤 黑木耳 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 雞蛋 5 顆 番茄 2 顆 雪白菇 1 包	白米 0.6 公 斤 雞蛋 10 顆 鹽 適量 (庫存) 海苔 20 片 (購買) 香鬆 1 罐 (購買) 水果 5 份
112 · 08 · 08	二	香蔥雞絲拌 麵	夏威夷蛋 炒飯	高麗菜豬肉 煎餃/時令 水果	雞胸肉 0.3 公斤(購買) 蔥 0.02 公斤 刀削麵 0.6 公斤 紅蘿蔔 1 條 醬油 少許 (庫存)	白米 0.6 公斤 雞蛋 5 顆 蔥 0.02 公斤 毛豆仁 0.2 公斤 鳳梨罐頭 1 小罐 肉絲 0.3 公斤(購 買) 玉米粒 1 罐	高麗菜豬肉 煎餃*1 袋 (禎祥) 水果 5 份
112 · 08 · 09	三	日式關東煮	肉醬義大 利麵	玉米蛋吐司 /時令水果	白蘿蔔 1 條 紅蘿蔔 1 條 玉米筍 1 盒 小貢丸 0.6 公斤 乾香菇 適量 (庫存) 柴魚片 1 包 (1 小包 0.02 斤)	義大利麵 1 公斤 洋蔥 1 顆 絞肉 0.3 公斤(購 買) 番茄醬*1(購買) 番茄 2 顆 綠花椰菜 1 朵(水 煮)	白吐司 2 包 (昶錡) 玉米粒 1 罐 雞蛋 5 顆 鹽 適量 (庫存) 水果 5 份

112 · 08 · 10	四	絲瓜餛飩湯	親子雞肉 井	紫米粥/時 令水果	餛飩 30 顆 絲瓜 1 條 雞蛋 5 顆 紅蘿蔔 1 條 薑 0.02 公斤	白米 0.6 公斤 雞蛋 5 顆 雞胸肉 0.5 公斤 洋蔥 1 顆 玉米粒 1 罐 醬油 適量(庫存)	紫米 0.3 公 斤 二號砂糖 (庫存) 水果 5 份
112 · 08 · 11	五	古早味鹹粥	香菇肉絲 炒板條	叉燒包/時 令水果	白米 0.6 公 斤 雞蛋 5 顆 小白菜 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 肉絲 0.3 公 斤(購買)	乾香菇 適量 (庫存) 肉絲 0.3 公斤(購 買) 板條 1 公斤 黑木耳 0.3 公斤 紅蘿蔔 1 條 蔥 0.02 公斤	叉燒包 20 個 水果 5 份

餐點管理 

教保組長 

園主任 

校長：