育仁幼兒園 111學年度第1學期1月份餐點表

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | | 活力早點 | 營養午餐 | 精力下午點心 |
| 1/3 | (二) | 芋頭餅、冬瓜香茅茶  (芋頭.餅乾.香茅.冬瓜露) | 古早味油飯(青豆仁.魷魚.肉絲.香菇.花生)、四神湯(豬腸.四神.藥包)、水果-蘋果 | 鍋燒意麵(意麵.花捲.小白菜) |
| 1/4 | (三) | 原味豆花(黃豆+水+吉利丁粉) | 白蘿蔔燉肉(白蘿蔔.五花肉)、九層塔海龍  (海茸.九層塔)、時蔬-菠菜、皮丸湯(魚皮.魚肉.魚丸)、水果-橘子 | 綠豆麥片(綠豆.麥片) |
| 1/5 | (四) | 黃瓜丸子湯(大黃瓜.魚丸.蝦丸) | 番茄炒蛋(番茄.雞蛋.青蔥)、鮮菇肉絲  香菇.鴻喜菇杏包菇.豬肉肉絲)、時蔬-高麗菜、蛤蠣瓜子雞湯(蛤蠣.雞肉.薑片) | 關東煮(米血.黑輪.油豆腐.蘿蔔) |
| 1/6 | (五) | 黑糖饅頭、養生茶  (麵粉.蛋.奶粉) | 醬燒鵪鶉蛋(豬絞肉.鳥蛋.油蔥酥)、麻油雞(杏包菇.雞肉.薑)、時蔬-空心菜、菱角排骨湯(菱角.排骨)、水果-香蕉 | 蔥香粿仔條  (油蔥酥.粿仔條.豆芽菜) |
| 1/7 | (六) | 蟹黃燒賣(豬肉.糯米.魚漿.蟹黃)、紫菜湯(紫菜.柴魚酥) | 香腸炒飯(香腸.雞蛋.三色豆)、白菜豆腐湯  、水果-橘子 | 鮪魚滑蛋粥(鮪魚罐.雞蛋.肉末) |
| 1/9 | (一) | 珍珠丸、蔬菜湯(乾高麗菜綜合包) | 咖哩豬肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.  青豆仁.豬肉丁)、水果-蘋果 | 榨菜肉絲麵(肉絲.榨菜.小白菜) |
| 1/10 | (二) | 小蛋糕、養生茶(枸杞.青旗.紅棗) | 四色花枝(小黃瓜.紅.黃椒花枝)、岩燒里肌  (豬肉片.蔥)、時蔬-高麗菜、菠菜豬肝湯  、水果-蘋果 | 紅豆雙圓湯(紅.綠豆.湯圓) |
| 1/11 | (三) | 小肉包、味噌湯  (味噌.豆腐.小白菜) | 醬燒滷蛋、三杯雞丁(雞丁.九層塔. 杏包菇)、時蔬-花椰菜 、番茄豆腐蛋花湯、水果-香蕉 | 豆芽鹹粿湯(豆芽菜.鹹粿) |
| 1/12 | (四) | 豆漿玉米片  (豆漿.玉米片) | 關廟滷麵(木耳.玉米.香菇、 高麗菜.肉羹.肉絲.蛋花)、水果-葡萄 | 蛤蠣絲瓜粥(絲瓜.蛤蠣) |
| 1/13 | (五) | 甜甜圈、豆漿(麵粉.糖粉.黃豆) | 雙色燒肉(紅.白蘿蔔.五花肉)、洋蔥炒蛋  (雞蛋.洋蔥絲)、時蔬-空心菜(蒜頭.空心菜)、翡翠小魚湯(翡翠. 肉棒.吻仔魚)  水果-番茄 | 黑糖粉圓  (黑糖汁.粉圓) |
| 1/16 | (一) | 雞丁玉米濃湯(三色豆.蘑菇.玉米粒.蛋花.雞肉) | 花生絞肉(花生.豬絞肉)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔.雞蛋)、時蔬-高麗菜、山藥排骨湯、水果-柳丁 | 豬肉水餃  (豬絞肉.麵粉.高麗菜) |
| 1/17 | (二) | 南瓜饅頭、桂圓枸杞(麵粉.南瓜.枸杞.桂圓) | 麻油雞炒飯(麻油.薑片.雞肉.鴻禧菇.鮮香菇)、玉米蘿蔔排骨湯(白蘿蔔.玉米.排骨)、水果-蘋果 | 香菇瘦肉粥(香菇.肉末.芹菜末) |
| 1/18 | (三) | 原味豆花(黃豆.水.吉利丁粉) | 絞肉黃金丸(黃金丸.豬絞肉)、海帶三絲(海帶絲.豆干絲紅蘿蔔絲)、時蔬-大陸妹、白菜豆腐湯、水果-蘋果 | 雞蛋麵線  (雞蛋.油蔥.麵線) |
| 1/19 | (四) | 蔬菜餛飩湯(小白菜.絞肉.蔥餛飩皮) | 高麗菜豬肉燴飯(花枝.蝦仁.蚵肉絲.高麗菜.金針菇.鳥蛋)、水果-柳丁 | 綜合甜湯(黑白粉圓.粉條粉角) |
| 1/30 | (一) | 古早味鹹粥 (三色豆.絞肉白米) | 玉米雞丁炒飯(玉米粒.三色豆.雞丁.雞蛋)  、皮丸湯(魚皮.魚肉.虱目魚丸)、芭樂 | 鮪魚蔬菜麵  (鮪魚.蔬菜.麵) |
| 1/31 | (二) | 奶皇包(麵粉.奶油.雞蛋.奶粉)、香茅冬瓜茶(香茅.冬瓜露) | 紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔.雞蛋)、酥炸豬排、蔬菜-空心菜、當歸鴨肉湯(當歸包.鴨肉)、水果-蘋果 | 黑糖粉圓  (黑糖汁.粉圓) |
| 1.本餐點食譜內容將視幼兒口味,天氣冷熱隨機調整2.餐點及午餐之菜色隨季節幼稚園有更換及變動之權力3.幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者,請事先通知本園或告知班導師**4.本園一律使用國產豬食材** | | | | |