

育仁幼兒園 112 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
1/2	(二)	雞丁蘑菇濃湯(三色豆.蘑菇.玉米粒.蛋花.雞肉)	香菇肉燥鵪鶉蛋(香菇.烏蛋.絞肉)、塔香海龍(九層塔.海龍)、時蔬-白花椰、玉米番茄湯(玉米.番茄.大骨)、水果-蘋果	香菇瘦肉粥(香菇.肉末.芹菜末)
1/3	(三)	蔬菜餛飩湯(小白菜.絞肉.蔥餛飩皮)	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、海鮮湯(花枝.蝦仁.蚵.筍絲)、水果-香蕉	雞蛋麵線(雞蛋.油蔥.麵線)
1/4	(四)	原味豆花(黃豆.水.吉利丁粉)	高麗菜豬肉燴飯(花枝.蝦仁.蚵肉絲.高麗菜.金針菇.烏蛋)、水果-柳橙	紅豆薏仁(紅豆.薏仁)
1/5	(五)	黃金玉米餅、紫菜湯(玉米.麵粉.紫菜)	醬燒鮮豆皮(鮮豆皮.絞肉.醬油)、紅糟豆乳雞(雞肉.紅糟.豆乳)、時蔬-山東白菜、冬瓜蛤蠣湯(冬瓜.蛤蠣)、水果-芭樂	鍋燒意麵(意麵.花捲.小白菜)
1/8	(一)	擔仔麵(肉燥.油麵.豆芽菜)	海鮮燴飯(筍絲.花枝.蝦仁.蚵.肉絲.高麗菜.虱目魚肉)水果-蘋果	蔬菜鮪魚粥(鮪魚.高麗菜.雞蛋)
1/9	(二)	奶皇包、枸杞茶(奶黃.麵粉.水.枸杞.紅糖)	方塊豆腐(豬肉.油豆腐)、三色雞柳(青豆.紅.黃椒.雞丁)、時蔬-白花椰、榨菜肉絲湯(榨菜絲.豬肉絲)、水果-番茄	八寶芋圓(紅.綠.花豆.粉圓.芋圓)
1/10	(三)	牛奶玉麥片(牛奶.玉米片)	海帶紅蘿蔔魯肉(紅.白蘿蔔.五花肉)、手工小蝦排(蝦子.蔥.漿)、時蔬-杏菜、味噌蚬仔湯(味噌.蚬仔.蔥花)、水果-香蕉	豬肉水餃(豬絞肉.高麗菜.蔥.麵粉)
1/11	(四)	玉米豬肉鍋貼、蔬菜湯(玉米.豬肉.麵粉.洋蔥.蔬菜綜合包)	香菇瓜仔(香菇.花瓜)番茄炒蛋、(番茄.雞蛋)、時蔬-高麗菜、大頭菜排骨湯(大頭菜.排骨)	甜桂圓粥(桂圓.糯米.水)
1/12	(五)	甜甜圈、麥茶(麵粉.油.糖.大麥)	咖哩雞肉麵(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞肉丁)、水果-蘋果	蛤蠣魚片粥(蛤蠣.蟹肉絲.虱目魚肉)
1/15	(一)	麻油麵線(麻油.麵線.雞蛋)	古早味油飯(紅蘿蔔丁.魷魚.肉絲.香菇.花生.青豆仁)、海帶玉米大骨湯(海帶.玉米.豬大骨)、水果-香蕉	黑糖粉圓(黑糖.粉圓)
1/16	(二)	原味蛋糕、決明子茶(雞蛋.麵粉.決明子.菊花)	蔥花蛋(蔥花.雞蛋)、岩燒里肌(豬肉.醬油.蒜)、蔬菜-空心菜、菜黃魚絞.蛋絞)、水果-蘋果	黃瓜黑輪(黑輪.大黃瓜)
1/17	(三)	薑汁豆花(薑汁.黃豆.水.吉利丁粉)	什錦豬肝炒麵(木耳.肉絲.玉米筍.高麗菜.紅蘿蔔絲.豬肉絲)、菱角排骨湯、水果-蘋果	鴨肉羹(鴨肉.肉羹.木耳.山東白菜.筍絲)
1/18	(四)	古早味鹹粥(三色豆.絞肉白米)	三色蛋(鹹蛋.皮蛋.雞蛋)、馬鈴薯肉片(馬鈴薯.豬肉片)、時蔬-青江菜、番茄蛋豆腐湯(番茄.豆腐.蔥花)	黃瓜黑輪(黑輪.大黃瓜)
1/19	(五)	奶皇包、枸杞茶(奶黃.麵粉.水.枸杞.紅糖)	燒海帶豆丁(海帶.絞肉.豆干)、蔥燒虱目魚柳、(蔥.虱目魚)、蔬菜-高麗菜、黃豆芽排骨湯(黃豆芽.排骨)、水果-番茄	魚丸冬粉湯(魚丸.冬粉)
1/22	(一)	馬來糕、麥茶(麵粉.雞蛋.大麥)	毛豆雞丁炒飯(雞胸肉.毛豆.紅蘿蔔丁.洋蔥丁)、葷菇湯、皮丸湯(魚肉.魚皮.魚丸)、水果-柳橙	蛋花雞絲麵(雞蛋.雞絲麵.小白菜)
1/23	(二)	古早味鹹粥(三色豆.絞肉白米)	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、冬瓜排骨湯(冬瓜.排骨.薑片)、水果-蘋果	紅豆雙圓湯(紅.綠豆.湯圓)
1/24	(三)	牛奶五彩球(白牛奶.玉米球)	醬燒滷蛋(絞肉.滷蛋)、三杯雞丁(雞丁.九層塔.辛包菇)、時蔬-花椰菜、葷菇湯(金針菇.秀珍菇.雪白.雞骨架)、水果-香蕉	土魷魚麵羹(魚塊.山東白菜.油麵)
1/25	(四)	小肉包、紫菜湯(絞肉.麵粉.蔥.紫菜)	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	地瓜甜湯(地瓜.砂糖)
1/26	(五)	紫米珍珠丸、蔬菜湯(乾高麗菜綜合包)	關廟滷麵(木耳.筍絲.香菇.高麗菜.菜頭.肉羹.肉絲.蛋花)、水果-葡萄	蝦皮南瓜粥(南瓜.蝦皮.絞肉)
1/29	(一)	翡翠小魚粥(翡翠.吻仔魚.米)	絞肉滷丸(滷丸.絞肉)、豆腐碎肉(豆腐.鮮菇.絞肉)、蔬菜-小魚.杏菜、豆薯蛋花湯(豆薯.雞蛋)、水果-蘋果	綠豆麥片(綠豆.麥片)
1/30	(二)	南瓜雜糧饅頭、桂圓茶(南瓜.麵粉.桂圓.枸杞)	麻油雞炒飯(麻油.薑片.雞肉.鴻禧菇.鮮香菇)、海帶蘿蔔排骨湯(白蘿蔔.海帶.排骨)、水果-香蕉	豆芽裸子條(米漿.油蔥酥.豬絞肉.豆芽菜)
1/31	(三)	藍莓餐包、牛奶(藍莓醬.麵粉.白牛奶)	絞肉豆丁(絞肉.小豆乾丁)、蒜香海帶(蒜末.海帶芽)、時蔬-高麗菜、黃瓜貢丸(大黃瓜.貢丸)、水果-蘋果	素當歸鴨(當歸包.藥材.素鴨)

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兒園有更換及變動之

3. 幼兒對某些食物有過敏性或身體不適者(例如:甲殼類、花生、牛奶、蛋等),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