

# 育仁幼兒園 113 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	(四)	原味豆花(黃豆.水.吉利丁粉)	虱目魚肉飯湯(虱目魚肉.魚皮.肉絲.高麗菜.金針菇.魚丸)、水果-柳橙	鍋燒意麵(意麵.花捲.小白菜)
1/3	(五)	小肉包、紫菜湯(麵粉.絞肉.蔥花.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	紅豆薏仁(紅豆.薏仁)
1/6	(一)	擔仔麵(肉燥.油麵..豆芽菜)	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	蔬菜鮪魚粥(鮪魚.高麗菜.雞蛋)
1/7	(二)	黑糖饅頭、決明子麥茶(麵粉.雞蛋.黑糖.決明子)	方塊豆腐(豬肉.油豆腐)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔.雞蛋)、時蔬-高麗菜、玉米番茄湯(玉米.番茄.大骨)、水果-柳丁	豬肉水餃(豬絞肉.高麗菜.蔥.麵粉)
1/8	(三)	豆漿玉麥片(豆漿.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	素當歸鴨(當歸包藥材.素鴨)
1/9	(四)	玉米豬肉鍋貼(玉米.豬肉.麵粉.洋蔥)、蔬菜湯(蔬菜綜合包)	香菇瓜仔(香菇.花瓜)、三色雞柳(青豆.紅.黃.椒.雞丁)、時蔬-綠花椰、榨菜肉絲湯(榨菜絲.豬肉絲)、水果-蘋果	八寶芋圓(紅.綠.花豆.粉圓.芋圓)
1/10	(五)	甜甜圈、麥茶(麵粉.油.糖.大麥)	海鮮燴飯(筍絲.花枝.蝦仁.蚵肉絲.高麗菜.虱目魚肉)、水果-蘋果	豆芽鹹標湯(豆芽菜.鹹標)
1/13	(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.三色豆)、蘿蔔玉米大骨湯(蘿蔔.玉米.豬大骨)、水果-蘋果	黑糖粉圓(黑糖.粉圓)
1/14	(二)	杯子蛋糕、決明子茶(雞蛋.麵粉.決明子.菊花)	蔥花炒蛋(蔥花.雞蛋)、岩燒里肌(豬肉.醬油.蒜)、蔬菜-空心菜、黃瓜燕餃湯(大黃瓜.魚絞.蛋絞)、水果-柳丁	酸辣湯(木耳.榨菜.豆腐.豬血.冬粉)
1/15	(三)	薑汁豆花(薑汁.黃豆.水.吉利丁粉)	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、菱角排骨湯、水果-蘋果	黃瓜黑輪(黑輪.大黃瓜)
1/16	(四)	蝦仁燒賣、紫菜湯(豬肉.魚漿.蝦仁.紫菜)	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、番茄豆腐湯(番茄.豆腐.蔥花)、水果-蘋果	鴨肉羹(鴨肉.肉羹.木耳.山東白菜.筍絲)
1/17	(五)	奶皇包、枸杞茶(奶黃.麵粉.水.枸杞.紅糖)	年菜分享-炒麵.蘿蔔糕.年糕.發糕.湯圓.水餃、水果-橘子.蘋果	魚丸冬粉湯(魚丸.冬粉)
1/20	(一)	古早味鹹粥(三色豆.絞肉.白米)	毛豆雞丁炒飯(雞胸肉.毛豆.紅蘿蔔丁.洋蔥丁)、皮丸湯(魚皮.魚肉.虱目魚丸)、水果-柳橙	蛋花雞絲麵(雞蛋.雞絲麵.小白菜)
1/21	(二)	蔬菜餛飩湯(小白菜.餛飩)	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)
1/22	(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.杏包菇)、時蔬-花椰菜、肉絲蕈菇湯(金針菇.秀珍菇.雪白菇.雞骨架)、水果-珍珠橘	土魷魚麵羹(魚塊.山東白菜.油麵)
1/23	(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-蘋果	地瓜甜湯(地瓜.砂糖)
1/24	(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-柳丁	蝦皮南瓜粥(南瓜.蝦皮.絞肉)

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權力 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