

# 育仁幼兒園 114 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
1/02	(五)	香菇燒賣、紫菜湯 (豬肉.魚漿.玉米.香菇.紫菜)	醬燒車輪(絞肉車輪)、香酥炸肉(豬肉.酥炸粉)、時蔬-大陸妹菜、味噌鮮魚湯、水果-香蕉	克林姆林姆麵包、麥茶 (克林姆.麵粉.大麥)
1/05	(一)	奶皇包、枸杞茶 (奶黃.麵粉.水.枸杞)	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)、水果-柳丁	雞蛋麵線 (雞蛋.油蔥.麵線)
1/06	(二)	方塊蛋糕、桂圓紅棗茶 (麵粉.奶油.桂圓.紅棗)	香菇肉燥鵪鶉蛋(香菇.鳥蛋.絞肉)、塔香海龍(九層塔.海龍)時蔬-白花椰、大頭菜排骨湯(大頭菜.排骨)、水果-珍珠橘	綜合甜湯 (.黑白粉圓.粉條粉角)
1/07	(三)	蛋黃芋丸、豆薯湯 (芋頭.蛋黃.麵粉.豆薯.雞蛋)	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	黃瓜黑輪塊 (黑輪.大黃瓜)
1/08	(四)	豆漿玉麥片 (豆漿.玉米片)	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)
1/09	(五)	小肉包、紫菜湯 (麵粉.絞肉.蔥花.紫菜)	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	紅豆薏仁 (紅豆.薏仁)
1/12	(一)	擔仔麵 (肉燥.油麵..豆芽菜)	麻油雞炒飯(麻油.薑片.雞肉.鴻禧菇.鮮香菇)、蘿蔔貢丸湯(蘿蔔.貢丸)、水果-香蕉	蔬菜鮪魚粥 (鮪魚.高麗菜.雞蛋)
1/13	(二)	南瓜饅頭、決明子麥茶 (麵粉.南瓜.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)
1/14	(三)	玉米豬肉鍋貼、蔬菜湯 (玉米.豬肉.麵粉洋蔥.蔬菜綜合包)	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、味噌蜆仔湯(味噌.蜆仔.蔥花)、水果-香蕉	素當歸鴨 (當歸包藥材.素鴨)
1/15	(四)	小白菜雞絲麵 (雞絲麵.小白菜)	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	八寶芋圓湯 (紅.綠.花豆.粉圓.芋圓)
1/16	(五)	鮮奶吐司、牛奶 (麵粉.鮮奶.牛奶)	咖哩雞肉飯(紅蘿蔔.洋蔥.馬鈴薯.玉米筍.青豆仁.雞肉丁)水果-蘋果	豆芽鹹粿湯 (豆芽菜.鹹粿)
1/19	(一)	麻油麵線 (麻油.麵線.雞蛋)	番茄炒蛋(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	黑糖粉圓 (黑糖.粉圓)
1/20	(二)	杯子蛋糕、決明子茶 (雞蛋.麵粉.決明子.菊花)	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	酸辣湯(木耳.榨菜.豆腐.豬血.冬粉)
1/21	(三)	油條丸子湯 (油條.魚丸蝦丸)	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	豆芽菜粿子條 (米漿.油蔥酥.豬絞肉.豆芽菜)
1/22	(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、花瓜雞湯(花瓜.雞肉)、水果-柳丁	鴨肉冬粉 (鴨肉.冬菜.冬粉)
1/23	(五)	薑汁豆花 (薑汁.黃豆.水.吉利丁粉)	什錦蔬菜炒麵(木耳.肉絲.玉米筍.高麗菜.紅蘿蔔絲、皮丸湯(魚皮.魚肉.虱目魚丸)、水果-橘子	蝦皮南瓜粥 (南瓜.蝦皮.絞肉)
1/26	(一)	古早味鹹粥 (三色豆.絞肉白米)	冬瓜燒肉(冬瓜.五花肉)、時蔬-小白菜、菇菇豆腐(香菇.杏鮑菇.豆腐.三色豆)、皇帝豆排骨湯(皇帝豆.排骨)、水-果-番茄	蛋花雞絲麵 (雞蛋.雞絲麵.小白菜)
1/27	(二)	蔬菜餛飩湯 (小白菜.餛飩)	絞肉麵泡(絞肉.麵泡)、四色花枝(小黃瓜.紅.黃椒花枝)、時蔬-高麗菜、番茄蛋花湯(番茄.蛋花)、水果-蘋果	綠豆地瓜甜湯 (綠豆.地瓜.砂糖)
1/28	(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、肉絲葷菇湯(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)
1/29	(四)	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	黃瓜關東煮(黃瓜.米血.黑輪.油豆腐)
1/30	(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	廣東粥(絞肉.三色豆.鮮蝦.花枝.油條.米)



- 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