

臺南市私立傑仕堡幼兒園 112 學年度第一學期 113.2 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1	(四)	牛奶饅頭+豆漿	白飯、番茄炒蛋、炒白菜、紫菜蛋花湯(豬肉絲、番茄、蛋)	香蕉	魚丸條湯	●	●	●	●
2	(五)	翡翠吻仔魚粥(菠菜+吻仔魚)	什錦炒麵(豬肉片、筍絲、蝦仁、高麗菜、紅蘿蔔)		玉米濃湯	●	●	●	●
5	(一)	香煎蘿蔔糕	五穀米飯、滷肉、蝦米高麗菜、味噌豆腐湯(豬絞肉、香菇、高麗菜、蝦米、豆腐)		草莓吐司+麥茶	●	●	●	●
6	(二)	絲瓜麵線(絲瓜、蛋、麵線)	時蔬燴飯(玉米筍、筍片、紅蘿蔔、肌肉)香菇蘿蔔湯		紫米燕麥粥	●	●	●	●
7	(三)	玉米濃湯	白飯、炒蔥蛋、三杯杏鮑菇(蔥、杏鮑菇、蛋、金針花、肉絲、九層塔)、金枝花肉絲湯	橘子	味噌豆腐湯	●	●	●	●
15	(四)	葡萄麵包+牛奶	香菇肉燥麵(香菇、肉燥、滷蛋、豆干、豆芽菜)		養生五穀粥	●	●	●	●
16	(五)	絲瓜麵線(絲瓜、蛋、麵線)	鍋燒意麵(肉片、花枝、魚板、小白菜、火腿片)		日式關東煮	●	●	●	●
17	(六)	肉包+米漿	茄汁義大利麵(洋蔥、番茄、蘑菇、絞肉)、薑絲冬瓜湯		小米養生粥	●	●	●	●
19	(一)	小米麥片粥	海鮮粥(蛤蜊、蝦仁、魚片、高麗菜)		綠豆地瓜湯	●	●	●	●
20	(二)	板條湯(小白菜、香菇、蛋)	糙米飯、蒜香肉片、炒香菇(豬肉麵、蒜苗、香菇、紅蘿蔔)、番茄豆腐湯	蘋果	肉燥米粉湯	●	●	●	●
21	(三)	小米麥片粥	陽春肉燥麵(香菇、肉燥、滷蛋、豆干、豆芽菜)		十穀紅豆湯	●	●	●	●

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
22	(四)	草莓吐司+牛奶	紫米飯、芹菜炒甜不辣、冬瓜炒蛤蠣(芹菜、甜不辣、薑絲、冬瓜、蛤蠣)、鳳梨苦瓜湯	鳳梨	雞蛋麵線	●	●	●	●
23	(五)	養生五穀粥	雞胸肉青醬義大利麵(雞胸肉、青醬、蘑菇、洋蔥)、香菇雞湯		紅豆湯圓	●	●	●	●
26	(一)	蘿蔔糕湯	白飯、蔥爆雞柳、絲瓜炒蛋(雞肉、紅蘿蔔絲、絲瓜、蛋)、紫菜蛋花湯		甜甜圈+麥茶	●	●	●	●
27	(二)	小饅頭+麥茶	咖哩飯(雞肉、馬鈴薯、洋蔥、玉米)、紫菜蛋花湯	梨子	杯子蛋糕+桂圓茶	●	●	●	●
29	(三)	桂圓養生粥	烏龍湯麵(大骨湯、洋蔥、紅蘿蔔、肉絲、香菇、魚板、高麗菜)		馬鈴薯沙拉 吐司	●	●	●	●
24	(三)	雞蛋羹麵線	糙米飯、馬鈴薯燒肉、韭菜炒豆干、薑絲海帶芽湯		綜合粉圓湯	●	●	●	●
25	(四)	銀絲卷+米漿	烏龍湯麵(大骨湯、洋蔥、紅蘿蔔、肉絲、香菇、魚板、高麗菜)		香菇蘿蔔糕湯	●	●	●	●
26	(五)	青菜雞蛋麵 (青江菜、蛋)	美濃板條(香菇、高麗菜、紅蘿蔔、豬肉絲)、蘿蔔排骨湯		小籠包+麥茶	●	●	●	●
29	(一)	高麗菜肉末粥	糙米飯、香滷海帶豆干、薑絲海帶芽湯	香瓜	南瓜玉米粥	●	●	●	●

\*本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。

\*每月餐點內容物偶遇季節氣候因數而做滾動式調整。

\*本園餐點食材盡不食用加工性食品。

\*本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。