

成德附幼 113 年 03月 幼兒餐點表

日期	星期	上午點心	主食	主菜	副菜	青菜.水果	湯	下午點心
1	五	擔仔麵	地瓜飯	紅糟肉	涼拌干絲	青菜.水果	山藥湯	葡萄捲蛋糕
		<small>意麵.絞肉.鹼蛋.韭菜.大骨</small>	<small>白米.地瓜</small>	<small>紅糟肉</small>	<small>豆干絲.芹菜.紅蘿蔔</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>山藥.大骨</small>	<small>葡萄捲蛋糕</small>
4	一	雞排小漢堡	櫻花蝦炒飯			青菜.水果	貢丸湯	紅豆包+柚子茶
		<small>雞排小漢堡</small>	<small>白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥</small>			<small>時蔬.水果</small>	<small>香菇貢丸.芹菜</small>	<small>紅豆包+柚子茶</small>
5	二	雞茸玉米粥	五穀珍寶飯	百頁燒肉	黃瓜鴿蛋	青菜.水果	鳳梨苦瓜雞湯	燕麥蔓越莓饅頭+山粉圓湯
		<small>白米.雞肉.玉米粒.雞蛋.芹菜</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>豬肉.百頁豆腐.蔥.薑</small>	<small>大黃瓜.鴿蛋.貢丸.木耳.紅蘿蔔</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>雞肉.苦瓜.蒜鳳梨</small>	<small>燕麥蔓越莓饅頭+山粉圓.冬瓜茶磚</small>
6	三	麻油雞麵線	有機白米飯	蒲燒鯛魚	雞絲銀芽	青菜.水果	四神湯	蛋塔+鮮奶
		<small>麵線.雞肉.高麗菜.麻油</small>	<small>白米.有機米</small>	<small>鯛魚片</small>	<small>雞胸肉絲.豆芽菜.韭菜</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>四神.薏仁.大骨</small>	<small>蛋塔+鮮奶</small>
7	四	鮮肉雲吞	五穀珍寶飯	鹹酥雞	什錦豆腐	青菜.水果	蘿蔔湯	鮮奶吐司+黑糖豆花
		<small>雲吞.小白菜</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>雞肉塊</small>	<small>豆腐.杏鮑菇.紅蘿蔔.玉米.青豆</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>白蘿蔔.大骨</small>	<small>鮮奶吐司+黑糖豆花</small>
8	五	火鍋湯	地瓜飯	醉醬肉燥	洋蔥炒蛋	青菜.水果	牛蒡湯	雞蛋牛奶捲
		<small>玉米.高麗菜.豬肉片.金針菇.蝦餃</small>	<small>白米.地瓜</small>	<small>絞肉.豆乾丁.洋葱</small>	<small>洋葱.雞蛋</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>牛蒡.大骨</small>	<small>雞蛋牛奶捲</small>
11	一	三角飯糰(肉鬆)	咖哩飯			青菜.水果	海芽湯	小布麗麵包+桂圓紅棗茶
		<small>三角飯糰(肉鬆)</small>	<small>白米.豬肉.紅蘿蔔.馬鈴薯.洋葱.咖哩塊</small>			<small>時蔬.水果</small>	<small>海芽.大骨</small>	<small>小布麗麵包+桂圓.紅棗</small>
12	二	海鮮湯麵	五穀珍寶飯	打拋豬	地瓜薯條	青菜.水果	酸不辣湯	小黑糖饅頭+綠豆湯
		<small>拉麵.蝦仁.透抽.蛤蜊.小白菜</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>絞肉.蕃茄.九層塔</small>	<small>地瓜條</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋</small>	<small>小黑糖饅頭+綠豆湯</small>
13	三	芋頭粥	有機白米飯	三杯雞	蒸蛋	青菜.水果	青木瓜大骨湯	蘿蔔糕+豆漿
		<small>白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜</small>	<small>白米.有機米</small>	<small>雞肉.杏鮑菇.薑</small>	<small>雞蛋</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>青木瓜.大骨</small>	<small>蘿蔔糕+豆漿</small>
14	四	鍋燒冬粉	五穀珍寶飯	紅燒魚丁	韭香甜不辣	青菜.水果	蒜頭蛤蜊雞湯	芋泥吐司+芋香西米露
		<small>冬粉.豬肉片.高麗菜.調味棒</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>多利魚片.板豆腐.蔥.薑</small>	<small>甜不辣.韭菜花.紅蘿蔔.木耳</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>雞肉.蛤蜊.蒜頭</small>	<small>芋泥吐司+芋香西米露</small>
15	五	大滷麵	地瓜飯	蒜泥白肉	滷油豆腐	青菜.水果	蓮藕湯	虎皮香草蛋糕
		<small>白麵.肉絲.香菇.竹筍絲.雞蛋.木耳</small>	<small>白米.地瓜</small>	<small>豬肉片.小黃瓜.蒜末</small>	<small>油豆腐.滷包</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>蓮藕.大骨</small>	<small>虎皮香草蛋糕</small>
18	一	菜包	炒米粉			青菜.水果	魚丸湯	燻雞麵包
		<small>菜包</small>	<small>米粉.肉絲.高麗菜.乾香菇</small>			<small>時蔬.水果</small>	<small>鱈魚丸.芹菜</small>	<small>燻雞麵包</small>
19	二	雞絲麵	五穀珍寶飯	麵輪燒肉	紅絲炒蛋	青菜.水果	黃瓜魚丸湯	燒賣+花生仁湯
		<small>雞絲麵.小白菜.雞蛋</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>豬肉.麵輪.蔥</small>	<small>雞蛋.紅蘿蔔</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>大黃瓜.鱈魚丸</small>	<small>燒賣+花生仁湯</small>
20	三	水煮玉米+麥茶	有機白米飯	滷雞腿	五柳豆包	青菜.水果	味噌豆腐湯	小奶酥麵包
		<small>玉米+麥茶</small>	<small>白米.有機米</small>	<small>雞腿.滷包</small>	<small>豆包.金針菇.木耳.紅蘿蔔</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>味噌.豆腐.海芽</small>	<small>小奶酥麵包</small>
21	四	糙米粥	五穀珍寶飯	樹子蒸魚	客家小炒	青菜.水果	香菇雞湯	紅豆吐司+米苔目甜湯
		<small>糙米.鯖排.芹菜</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>樹子.鱈魚片</small>	<small>肉絲.芹菜.豆干.魷魚</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>香菇.雞肉</small>	<small>紅豆吐司+米苔目甜湯</small>
22	五	麵線湯	地瓜飯	瓜仔肉	芋丸	青菜.水果	白菜鮮菇湯	原味玉米脆片+鮮奶
		<small>紅麵線.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜</small>	<small>白米.地瓜</small>	<small>豬絞肉.醬瓜</small>	<small>芋丸</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇</small>	<small>原味玉米脆片+鮮奶</small>
25	一	奶油餐包	肉醬義大利麵			青菜.水果	玉米濃湯	雙起司花捲
		<small>奶油餐包</small>	<small>義大利麵.洋菇.洋葱.絞肉.蘑菇醬</small>			<small>時蔬.水果</small>	<small>玉米醬.玉米粒.雞蛋.奶油白醬</small>	<small>雙起司花捲</small>
26	二	皮蛋瘦肉粥	五穀珍寶飯	蔥燒肉片	香拌素雞	青菜.水果	金針湯	亞麻子蔓越莓麵包
		<small>白米.肉絲.雞蛋.皮蛋</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>豬肉片.洋葱.壽喜燒醬</small>	<small>素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>金針.大骨</small>	<small>亞麻子蔓越莓麵包</small>
27	三	小菠蘿麵包	有機白米飯	栗子香菇雞丁	白菜炒年糕	青菜.水果	海菜吻仔魚湯	珍珠丸+豆漿
		<small>小菠蘿麵包</small>	<small>白米.有機米</small>	<small>栗子.雞肉.香菇.大黃瓜</small>	<small>白菜.年糕.木耳.紅蘿蔔.梅花肉片</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>海菜.吻仔魚</small>	<small>珍珠丸+豆漿</small>
28	四	米粉湯	五穀珍寶飯	花枝蝦排	麻婆豆腐(不辣)	青菜.水果	洋芋雞湯	八寶粥
		<small>粗米粉.豬肉.芹菜.大骨</small>	<small>白米.五穀珍寶</small>	<small>花枝蝦排</small>	<small>麻婆豆腐(不辣)</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>馬鈴薯.雞肉</small>	<small>圓糯米.八寶豆.桂圓肉.黑糖</small>
29	五	肉羹麵	地瓜飯	滷豬腱肉	番茄炒蛋	青菜.水果	冬瓜蛤蜊湯	起酥蛋糕
		<small>油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜</small>	<small>白米.地瓜</small>	<small>豬腱肉.蔥.滷包</small>	<small>番茄.雞蛋</small>	<small>時蔬.水果</small>	<small>冬瓜.蛤蜊.薑絲</small>	<small>起酥蛋糕</small>

* 本餐點表以幼兒作息及營養需求做規劃，並可依季節時令與活動需要彈性調整。* 本園一律使用國產豬、牛肉食材，肉品產地:臺灣。

* 學期隔月的每週二固定為環保蔬食餐，愛地球的同時並兼顧幼兒的蔬果攝取。

* 依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，本菜單內容含有部分易引起過敏之食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，請斟酌食用。