

成德附幼 110 年 2-3 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
22	一	菜包 <small>菜包</small>	炒飯條 <small>飯條.肉絲.洋蔥.香菇.高麗菜</small>		青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	貢丸湯 <small>香菇貢丸.芹菜</small>	枸杞茶+小可頌麵包 <small>枸杞.小可頌麵包</small>	
23	二	生日蛋糕 <small>生日蛋糕</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蔥燒肉片 <small>豬肉片.洋蔥.壽喜燒醬</small>	蒸蛋 <small>雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海菜吻仔魚湯 <small>海菜.吻仔魚</small>	地瓜湯+鮮奶吐司 <small>地瓜.黑糖.鮮奶.吐司</small>
24	三	擔仔麵 <small>意麵.絞肉.鵝蛋.韭菜.大骨</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	香酥魚塊 <small>土魷魚</small>	滷白菜 <small>大白菜.紅蘿蔔.木耳</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	野菇雞湯 <small>金針菇.鴻喜菇.秀珍菇.雞肉</small>	五穀雜糧饅頭 <small>五穀雜糧饅頭</small>
25	四	芋頭粥 <small>白米.芋頭.肉絲.香菇.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	麵輪燒肉 <small>豬肉.麵輪.蔥</small>	五柳豆包 <small>豆包.金針菇.木耳.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蘿蔔大骨湯 <small>白蘿蔔.大骨</small>	青菜蛋花湯+小布麗麵包 <small>雞蛋.小白菜.小布麗麵包</small>
26	五	水煮玉米+麥茶 <small>玉米.麥茶</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	滷雞腿 <small>雞腿.鹽包</small>	甜豆蝦仁 <small>蝦仁.甜豆.鮮香菇.玉米筍</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	味噌魚片湯 <small>鱈魚片.味噌.豆腐</small>	原味玉米脆片+鮮奶 <small>原味玉米脆片.鮮奶</small>
1	一	和平紀念日補假						
2	二	肉包 <small>肉包</small>	櫻花蝦炒飯 <small>白米.櫻花蝦.雞蛋.蔥</small>		青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	魚丸湯 <small>鱈魚丸.芹菜</small>	綠豆湯+芋泥吐司 <small>綠豆.芋泥.吐司</small>	
3	三	海鮮粥 <small>白米.蝦仁.酥炸.蛤蜊.玉米粒.芹菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	香菇雞丁 <small>雞肉.香菇.大黃瓜</small>	紅絲炒蛋 <small>雞蛋.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	白菜鮮菇湯 <small>大白菜.金針菇.紅蘿蔔.香菇</small>	奶油餐包+低糖豆漿 <small>奶油餐包.低糖豆漿</small>
4	四	蔬菜湯餃 <small>水餃.小白菜.雞蛋</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蝦捲 <small>蝦捲</small>	咖哩洋芋 <small>馬鈴薯.紅蘿蔔.咖哩塊</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	玉米蛋花湯 <small>玉米粒.雞蛋</small>	桂圓紅棗茶+葡萄吐司 <small>桂圓.紅棗.葡萄.吐司</small>
5	五	髮菜豆腐羹 <small>豆腐.髮菜.大白菜.肉絲.鮮香菇</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	筍絲燒肉 <small>豬肉.筍絲</small>	炒天婦羅 <small>甜不辣.竹筍.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	養生雞湯 <small>雞肉.白蘿蔔.紅薯.薑</small>	奶黃包 <small>奶黃包</small>
8	一	牛奶饅頭 <small>牛奶饅頭</small>	海鮮炒麵 <small>麵條.高麗菜.蝦仁.花枝.肉絲</small>		青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海芽湯 <small>海芽.大骨</small>	蔥油餅 <small>蔥油餅</small>	
9	二	玉米麵包 <small>玉米麵包</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蔭豆雞丁 <small>雞肉.洋蔥.豆豉</small>	菜脯蛋 <small>雞蛋.菜脯</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蘿蔔湯 <small>白蘿蔔.大骨</small>	芋香西米露+糙米核桃吐司 <small>芋頭.椰奶.西米.糙米.核桃.吐司</small>
10	三	野菇雞肉粥 <small>白米.雞肉.乾香菇.鴻喜菇.雞蛋</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	蒲燒鯛魚 <small>鯛魚片</small>	三杯百頁 <small>百頁.豆腐.力扁塔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	冬瓜蛤蜊湯 <small>冬瓜.蛤蜊.薑絲</small>	小鮭魚麵包+鮮奶 <small>小鮭魚麵包.鮮奶</small>
11	四	油豆腐米苔目 <small>米苔目.油豆腐.肉絲.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	紅糟肉 <small>紅糟肉</small>	鮮燴黃瓜 <small>大黃瓜.花枝.雞.木耳.紅蘿蔔</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	酸菜白肉鍋 <small>鱈白菜.豬肉片.金針菇.豆皮</small>	柚子茶+菠蘿吐司 <small>柚子茶.菠蘿.吐司</small>
12	五	蛤蜊絲瓜麵線 <small>白麵線.蛤蜊.絲瓜</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	打拋豬 <small>絞肉.蕃茄.力扁塔</small>	香芹腰花 <small>素腰花.紅蘿蔔.鮮香菇.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	味噌魚片湯 <small>鱈魚片.味噌.豆腐</small>	芝麻包 <small>芝麻包</small>
15	一	牛奶銀絲卷 <small>牛奶銀絲卷</small>	豬肉燴飯 <small>梅花肉片.洋蔥.金針菇.雞蛋.魚板</small>		青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	紫菜蛋花湯 <small>紫菜.雞蛋</small>	麥茶+起司火腿吐司 <small>麥茶.起司.火腿.吐司</small>	
16	二	大滷麵 <small>白麵.肉絲.香菇.竹筍.雞蛋.木耳</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	蜜汁芝麻雞 <small>雞肉.鹽.蜂蜜</small>	麻婆豆腐(不辣) <small>豆腐.絞肉.豆瓣醬</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	牛蒡湯 <small>牛蒡.大骨</small>	八寶粥 <small>圓糯米.八寶豆.桂圓肉.黑糖</small>
17	三	糙米粥 <small>糙米.鹽.糖.芹菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	香煎鮭魚 <small>鮭魚</small>	洋蔥炒蛋 <small>洋蔥.雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	洋芋雞湯 <small>雞肉.馬鈴薯</small>	蘿蔔糕+低糖豆漿 <small>蘿蔔糕.低糖豆漿</small>
18	四	關東煮 <small>玉米.油豆腐.白蘿蔔.紅蘿蔔.貢丸</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	香菇肉燥 <small>絞肉.香菇.豆干</small>	白菜冬粉 <small>大白菜.冬粉.絞肉.紅蘿蔔.木耳</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	番茄蛋花湯 <small>番茄.雞蛋</small>	肉鬆麵包 <small>肉鬆麵包</small>
19	五	芋頭米粉湯 <small>米粉.芋頭.肉絲.香菇.芹菜</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	蘿蔔燒肉 <small>豬肉.白蘿蔔.蔥</small>	紅燒豆包 <small>豆包.蔥</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蚵仔湯 <small>蚵仔.蚵仔.龍</small>	銅鑼燒 <small>銅鑼燒</small>
22	一	菜包 <small>菜包</small>	炒米粉 <small>米粉.香菇.高麗菜.肉絲</small>		青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	貢丸湯 <small>香菇貢丸.芹菜</small>	山粉圓湯+小布麗麵包 <small>山粉圓.小布麗麵包</small>	
23	二	魚片粥 <small>白米.鱈魚片.芹菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	瓜仔肉 <small>豬肉.醬瓜</small>	香酥花枝丸 <small>花枝丸</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蒜頭蛤蜊雞湯 <small>雞肉.蛤蜊.蒜頭</small>	地瓜湯+紅豆吐司 <small>地瓜.紅豆.吐司</small>
24	三	鍋燒冬粉 <small>冬粉.豬肉片.高麗菜.調味梅</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	燴三鮮 <small>蝦仁.酥炸.鱈魚片.豬肉.竹筍</small>	豆豉絞肉 <small>絞肉.豆豉.韭菜花.皮蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	酸辣湯 <small>豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋</small>	原味玉米脆片+鮮奶 <small>原味玉米脆片.鮮奶</small>
25	四	味噌拉麵 <small>拉麵.味噌.豆腐.豬肉片</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	洋蔥豬柳 <small>豬柳.洋蔥.紅蘿蔔.蔥</small>	炒四季豆 <small>四季豆</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	黃瓜湯 <small>大黃瓜.大骨</small>	枸杞茶+菠蘿吐司 <small>枸杞.菠蘿.吐司</small>
26	五	水煮玉米+麥茶 <small>玉米.麥茶</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	花椒雞腿 <small>雞腿.花椒.蔥</small>	芹香豆干 <small>豆干.肉絲.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	金針湯 <small>金針.大骨</small>	芋泥包 <small>芋泥包</small>
29	一	肉包 <small>肉包</small>	起司野菇雞肉燴飯 <small>白米.起司.雞胸肉.洋蔥.蘑菇.香菇.奶油</small>		青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海菜吻仔魚湯 <small>海菜.吻仔魚</small>	紅豆湯+鮮奶吐司 <small>紅豆.鮮奶.吐司</small>	
30	二	竹筍粥 <small>白米.竹筍.香菇.肉絲</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	梅乾扣肉 <small>豬肉.梅乾菜</small>	玉米炒蛋 <small>玉米粒.雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	山藥湯 <small>山藥.大骨</small>	五穀養生饅頭 <small>五穀養生饅頭</small>
31	三	肉羹麵 <small>油麵.肉羹.竹筍.大骨.香菜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	椒鹽魚塊 <small>鱈魚片</small>	什錦豆腐 <small>豆腐.杏鮑菇.紅蘿蔔.玉米.青豆</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	鳳梨苦瓜雞湯 <small>雞肉.苦瓜.蔴鳳梨</small>	奶油餐包+低糖豆漿 <small>奶油餐包.低糖豆漿</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。