

成德附幼 113 年 01 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	一	元旦國定假日						
2	二	燕麥蔓越莓饅頭 <small>燕麥蔓越莓饅頭</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>	鮭魚三明治 <small>鮭魚三明治</small>
3	三	火鍋湯 <small>玉米.高麗菜.豬肉片.金針菇.蝦餃</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	樹子蒸魚 <small>樹子.鱈魚片</small>	客家小炒 <small>肉絲.芹菜.豆干.魷魚</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	香菇雞湯 <small>香菇.雞肉</small>	小花生麵包+鮮奶 <small>小花生麵包+鮮奶</small>
4	四	魚片粥 <small>白米.鯛魚.芹菜</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>	酸不辣湯 <small>豆腐.紅蘿蔔.肉絲.木耳.雞蛋</small>	芝麻包+山粉圓湯 <small>芝麻包+山粉圓.冬瓜茶磚</small>
5	五	麵線湯 <small>紅麵線.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	瓜仔肉 <small>豬絞肉.醬瓜</small>	花枝丸 <small>花枝丸</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>	燻雞麵包 <small>燻雞麵包</small>
8	一	菜包 <small>菜包</small>	咖哩炒麵 <small>油麵.蝦仁.肉絲.洋蔥.咖哩醬</small>			青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	紫菜蛋花湯 <small>紫菜.雞蛋</small>	芋泥吐司+桂圓紅棗茶 <small>芋泥吐司+桂圓紅棗</small>
9	二	皮蛋瘦肉粥 <small>白米.肉絲.雞蛋.皮蛋</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>	香拌素雞 <small>素雞.木耳.紅蘿蔔.小黃瓜.芹菜</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	金針湯 <small>金針.大骨</small>	紅豆紫米牛奶粥 <small>紅豆.紫米.鮮奶</small>
10	三	水煮玉米+麥茶 <small>玉米+麥茶</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	栗子香菇雞丁 <small>栗子.雞肉.香菇.大黃瓜</small>	白菜炒年糕 <small>白菜.年糕.木耳.紅蘿蔔.梅花肉片</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	海菜吻仔魚湯 <small>海菜.吻仔魚</small>	鮮肉珍珠丸+低糖豆漿 <small>鮮肉珍珠丸+低糖豆漿</small>
11	四	米粉湯 <small>粗米粉.豬肉.芹菜.大骨</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	花枝蝦排 <small>花枝蝦排</small>	麻婆豆腐(不辣) <small>麻婆豆腐(不辣)</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	洋芋雞湯 <small>馬鈴薯.雞肉</small>	焗燒起司麵包 <small>焗燒起司麵包</small>
12	五	肉羹麵 <small>油麵.肉羹.竹筍絲.大骨.香菜</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	滷豬腱肉 <small>豬腱肉.蔥.滷包</small>	番茄炒蛋 <small>番茄.雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	冬瓜蛤蜊湯 <small>冬瓜.蛤蜊.薑絲</small>	香草三角蛋糕 <small>香草三角蛋糕</small>
15	一	小豬甜包(芋頭) <small>小豬甜包(芋頭)</small>	起司野菇雞肉燉飯 <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>	番茄蛋花湯 <small>番茄.雞蛋</small>	燒賣+柚子茶 <small>燒賣+柚子茶</small>
16	二	海鮮湯麵 <small>拉麵.蝦仁.透抽.蛤蜊.小白菜</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	打拋豬 <small>絞肉.蕃茄.九層塔</small>	地瓜薯條 <small>地瓜條</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	牛蒡湯 <small>牛蒡.大骨</small>	糙米核桃吐司+燒仙草 <small>糙米核桃吐司+仙草原汁.八寶豆</small>
17	三	清粥小菜 <small>白米.肉鬆.花生麵筋.脆瓜</small>	有機白米飯 <small>白米.有機米</small>	醬爆雞丁 <small>雞肉.洋蔥.小黃瓜.甜麵醬</small>	蒸蛋 <small>雞蛋</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蘿蔔湯 <small>白蘿蔔.大骨</small>	小雞蛋饅頭+鮮奶 <small>小雞蛋饅頭+鮮奶</small>
18	四	鍋燒冬粉 <small>冬粉.豬肉片.高麗菜.調味棒</small>	五穀珍寶飯 <small>白米.五穀珍寶</small>	紅燒魚丁 <small>多利魚片.板豆腐.蔥.薑</small>	韭香甜不辣 <small>甜不辣.韭菜花.紅蘿蔔.木耳</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>	牛奶布丁麵包 <small>牛奶布丁麵包</small>
19	五	麻油雞麵線 <small>麵線.雞肉.高麗菜.麻油</small>	地瓜飯 <small>白米.地瓜</small>	蒜泥白肉 <small>豬肉片.小黃瓜.蒜末</small>	滷油豆腐 <small>油豆腐.滷包</small>	青菜.水果 <small>時蔬.水果</small>	蓮藕湯 <small>蓮藕.大骨</small>	小籠湯包 <small>小籠湯包</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。