

# 115年1月份菜單

日期	上 午 點 心	午 餐	下 午 點 心	全穀根莖	肉蛋豆魚	蔬菜類	水果
1/1(四)元旦假日							
1/2(五)	玉米濃湯(玉米粒、玉米醬、奶粉)	白米飯+糙米飯、菜脯蛋(碎菜脯、雞蛋)、麻婆豆腐(豆腐、豆瓣醬、豬絞肉)、炒青江菜、薑絲海帶芽湯(薑絲、海帶芽)、柳丁	草莓饅頭、枸杞茶	○	○	○	○
1/5(一)	枸杞小米粥(枸杞、小米)	咖哩燴飯(花椰菜、馬鈴薯、咖哩塊、紅蘿蔔、雞蛋)、蘋果	薑片麵線湯(香油、白麵線、老薑片)	○	○	○	○
1/6(二)	蘿蔔糕湯	白米飯+糙米飯、玉米筍炒肉絲(玉米筍、豬肉絲)、炒小黃瓜甜不辣(甜不辣、小黃瓜)、炒豆芽菜、青菜蛋花湯、蘋果	地瓜甜湯(地瓜、二砂糖)	○	○	○	○
1/7(三)	雞肉玉米粥(雞肉、玉米醬、白米飯)	義大利肉醬麵(螺旋麵、豬絞肉、三色豆、玉米粒、番茄醬、洋蔥)、芹香魚丸湯、蘋果	米苔目湯(芹菜、米苔目、油蔥酥)	○	○	○	○
1/8(四)	生日蛋糕、麥茶	日式湯麵(柴魚片、黃油麵、豬肉絲、高麗菜、木耳絲、紅蘿蔔絲、洋蔥)、蘋果	愛玉杏仁凍甜湯(愛玉、杏仁凍、二砂糖)	○	○	○	○
1/9(五)	浮水魚羹湯(魚羹、筍絲、雞蛋)	皮蛋瘦肉粥(白米飯、豬肉絲、皮蛋、鹹鴨蛋、青豆仁、高麗菜)、蘋果	芋頭餐包、枸杞茶	○	○	○	○
1/12(一)	白菜水餃湯(小白菜、水餃)	螞蟻上樹(冬粉、紅蘿蔔、香菇、高麗菜、豆包)、海帶芽蛋花湯、蘋果	白木耳枸杞甜湯(白木耳、枸杞)	○	○	○	○
1/13(二)	粿仔條湯(粿仔條、韭菜、豆芽菜)	白米飯+糙米飯、紅蘿蔔炒蛋、三杯雞(老薑片、洋蔥、雞肉、九層塔)、炒油菜、榨菜肉絲湯(榨菜、豬肉絲)、蘋果	白蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、貢丸)	○	○	○	○
1/14(三)	南瓜滑蛋粥(南瓜、白米飯、雞蛋)	什錦魚羹麵(關廟麵、大白菜、魚羹、香菇、紅蘿蔔)、柳丁	三絲豆腐羹(木耳絲、豆腐、金針菇、紅蘿蔔絲)	○	○	○	○
1/15(四)	薏仁麥片牛奶(薏仁、麥片、奶粉)	白米飯+糙米飯、紅燒豆腐、糖醋雞丁(洋蔥、三色豆、雞肉、紅黃甜椒、翻節降)、炒高麗菜、薑絲蜆仔湯(薑絲、蜆仔)、柳丁	蛋花麵線(雞蛋、白麵線)	○	○	○	○
1/16(五)	三絲冬粉(木耳絲、金針菇、紅蘿蔔絲、冬粉)	鮪魚蛋炒飯(白米飯、玉米粒、紅蘿蔔、雞蛋、鮪魚罐)、青菜豆腐湯(小白菜、豆腐)、柳丁	八寶粥(紅豆、綠豆、薏仁、麥片)	○	○	○	○
1/19(一)	絲瓜麵線(絲瓜、白麵線)	什錦炒飯(香菇、高麗菜、三色豆、白米飯、雞蛋、豆包)、竹筍湯、柳丁	雞蛋豆腐羹(豆腐、雞蛋、紅蘿蔔絲)	○	○	○	○
1/20(二)	叻仔魚粥(叻仔魚、白米飯、莧菜)	白米飯+糙米飯、獅子丸(紅蘿蔔、豬絞肉)、南瓜炒蛋(南瓜、雞蛋)、炒小白菜、魚丸湯、柳丁	葡萄乾饅頭、冬瓜茶	○	○	○	○
1/21(三)	紅豆餐包、枸杞茶	豬肉炒麵(豬肉絲、高麗菜、三色豆、香菇、紅蘿蔔、黃油麵)、花椰菜湯、柳丁	芹菜甜不辣湯(芹菜、甜不辣片)	○	○	○	○
1/22(四)	大黃瓜魚丸湯(魚丸、大黃瓜)	白米飯+糙米飯、番茄炒雞蛋(大番茄、雞蛋、番茄醬)、菜豆炒絞肉(菜豆、豬絞肉)、炒青江江菜、薑絲海帶芽湯(薑絲、海帶芽)、柳丁 大魯麵(關廟麵、紅蘿蔔絲、木耳絲、大白菜、金針菇、豬肉絲、筍絲、)、蓮霧	麵線羹(紅麵線、雞蛋)	○	○	○	○
1/23(五)	豆漿、玉米脆片		綠豆湯				
1/26(一)	玉米濃湯(玉米粒、玉米醬、雞蛋)	蔬食炒烏龍麵(烏龍麵、紅蘿蔔絲、木耳絲、金針菇、雞蛋、高麗菜)、味噌豆腐湯(味噌醬、豆腐)、蓮霧	草莓吐司、決明子茶	○	○	○	○
1/27(二)	青菜餛飩湯(小白菜、餛飩)	白米飯+糙米飯、綜合滷味(豬肉角、豆干、海帶)、炒尼龍白菜、叻仔魚煎蛋(叻仔魚、雞蛋)、金針花湯、蓮霧	關東煮(白蘿蔔、紅蘿蔔、黑輪)	○	○	○	○
1/28(三)	地瓜粥(地瓜、白米飯)、豬肉鬆	鍋燒意麵(魚丸、小白菜、雞蛋、意麵、豬肉絲)、蓮霧	黑糖饅頭、紅棗茶	○	○	○	○
1/29(四)	油豆腐細粉(油豆腐、冬粉)	白米飯+糙米飯、香煎旗魚、蒸蛋、炒青江菜、絲瓜湯、蓮霧	蛋花雞絲麵(雞蛋、雞絲麵)	○	○	○	○
1/30(五)	馬鈴薯濃湯(馬鈴薯、奶粉、三色豆)	香菇肉燥油飯(白米+長糯米、豬絞肉、三色豆、香菇)、番茄蛋花湯(牛番茄、雞蛋)、蓮霧	仙草蜜(仙草凍、二砂糖)	○	○	○	○

- 說明:
1. 本餐點內容將視幼兒口味、天氣冷熱以及當季蔬果適時調整。
  2. 若幼兒對某些食物有過敏，請通知本園。
  3. 每逢週二、週四午餐的白飯有添加糙米。
  4. 本園選用健康、營養、自然不含咖啡因的食物，且在烹調過程中，不添加任何味精。
  5. 豆漿由本園自行磨豆製成。
  6. 本園一律使用國產豬肉。