



115 年 2 月 幼生餐點計畫

日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/2 一	廣東粥	白飯、油蔥雞、香滷豆干、青翠時蔬、海帶芽湯、時令水果	大麥粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/3 二	清粥、花瓜、麵筋	水餃、玉米濃湯、時令水果	菜頭棵湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/4 三	滑蛋雞絲麵	白飯、香菇肉燥、炒三絲、青翠時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	冬瓜珍珠	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/5 四	客家板條	五穀飯、筍乾滷肉、螞蟻上樹、青翠時蔬、養生菇菇湯、時令水果	肉燥陽春麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/6 五	小餐包、麥茶	白飯、香酥柳葉魚、塔香海帶根、青翠時蔬、素當歸湯、時令水果	粉角綠豆湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/9 一	翡翠魷仔魚粥	白飯、椒鹽雞塊、涼拌豆干、青翠時蔬、玉米大骨湯、時令水果	奶香芋頭西米露	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/10 二	地瓜粥、菜脯蛋、豆漿	什錦火鍋、時令水果	蔬菜雞蓉粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/11 三	鍋燒意麵	白飯、蔥爆臘肉、脆炒鮮菇、青翠時蔬、冬瓜香菇頭湯、時令水果	日式關東煮	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/12 四	和風拉麵	五穀飯、三杯雞、醬燒冬瓜、青翠時蔬、蛤蜊湯、時令水果	紅豆紫米粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/13 五	聖誕踩街補假			
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/16 一	春節連續假期-除夕			
2/17 二	春節連續假期-初一			
2/18 三	春節連續假期-初二			
2/19 四	春節連續假期-初三			
2/20 五	春節連續假期-初四			
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/23 一	高麗菜肉茸粥	白飯、芋香排骨、香芹甜不辣、青翠時蔬、蚵仔湯、時令水果	古早味粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/24 二	香菇肉燥湯麵	白飯、蒜泥白肉、紅絲炒蛋、青翠時蔬、雙色蘿蔔湯、時令水果	南瓜粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/25 三	清粥、肉鬆、玉米蛋	香菇肉羹飯、青菜蛋花湯、時令水果	鴨肉冬粉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/26 四	滑蛋麵線	五穀飯、彩椒雞丁、魚香茄子、青翠時蔬、味噌湯、時令水果	小米甜粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧 <input checked="" type="checkbox"/> 水果蔬菜 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋奶肉 <input checked="" type="checkbox"/> 油脂堅果
2/27 五	和平紀念日補假			

- 本園一律採用國產豬肉食材。
- 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。
- 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。
- 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將作適當修改。
- 本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合或對其過敏體質食用者，請告知班導師。

