

臺南市私立資優生幼兒園 111學年度 1月份 餐點表

| 日期 | 星期 | 早餐 | 午餐 | | 下午點心 | 根莖類 | 肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
|------|----|------------------------|-------------------------------------|----|-------------------------|-----|-----|-----|-----|
| | | | 主食 | 水果 | | | | | |
| 1/9 | 一 | 香菇雞肉粥(高麗菜、雞肉、香菇) | 日式味噌拉麵(拉麵、肉絲、豆腐、小魚乾、味噌)、滷蛋 | 香蕉 | 玉米濃湯(玉米粒、火腿、蛋) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/10 | 二 | 草莓吐司、牛奶 | 白飯、醬爆肉絲(肉絲、蔥、蠔油、油蔥)、油菜、紫菜蛋花湯 | 香蕉 | 柴魚黑輪(高湯、竹輪、魚板片、白蘿蔔、香菇) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/11 | 三 | 鍋燒意麵(肉絲、胡蘿蔔、魚板、蔥、蛋) | 白飯、筍干控肉(筍干、肉)、空心菜、小白菜貢丸湯 | 香蕉 | 芋頭鮮奶西米露 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/12 | 四 | 地瓜吐司、豆漿 | 什錦肉絲燴飯(白飯、肉絲、沙茶、洋蔥、紅蘿蔔、芥藍菜、鳥蛋) | 香蕉 | 香菇肉羹(肉羹、香菇、高湯) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/13 | 五 | 雞蛋饅頭、豆漿 | 什錦蛋炒飯(白飯、肉絲、雞蛋、紅蘿蔔丁、毛豆、洋蔥)、金針排骨湯 | 香蕉 | 冬瓜愛玉 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/16 | 一 | 滑蛋雞蓉粥(豌豆、雞肉、滑蛋) | 白飯、瓜仔肉(肉、大茂黑瓜、豆干丁、紅蘿蔔丁)、高麗菜、蔬菜蛋花湯 | 柳丁 | 紅豆紫米湯 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/17 | 二 | 葡萄吐司、豆漿 | 白飯、海帶滷肉(海帶結、豬肉)、冬白菜、大黃瓜紅蘿蔔湯 | 柳丁 | 蘿蔔貢丸湯(白蘿蔔、小貢丸、韭菜末) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/18 | 三 | 海鮮米粉湯(豆芽菜、花枝片、蛤蠣、米粉) | 雞絲油蔥拌飯(白飯、雞胸肉、油蔥、雞蛋)、鮮魚湯(魚肉條、蛤仔) | 柳丁 | 綠豆湯 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/19 | 四 | 鮮肉包、豆漿 | 雙色蛋瘦肉粥(白飯、肉絲、雞蛋、皮蛋、杏鮑菇) | 柳丁 | 日式關東煮(昆布高湯、竹輪、魚板、蘿蔔、香菇) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/20 | 五 | 彈性放假一天 | | | | | | | |
| 1/30 | 一 | 芝麻包、牛奶 | 高麗菜鮮肉水餃、玉米濃湯(玉米粒、火腿、洋蔥) | 棗子 | 養生薏仁湯 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 1/31 | 二 | 古早味饅頭夾蛋、牛奶 | 白飯、客家小炒(肉絲、魷魚絲、豆干)油菜、羅宋湯(蕃茄、洋蔥、玉米) | 棗子 | 浮水魚羹(魚羹、嫩薑、高湯) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/1 | 三 | 烏龍湯麵(玉米粒、肉絲、豆芽菜、烏龍麵) | 白飯、三杯雞(雞肉、蒜仁、九層塔)、香菇雞肉湯 | 棗子 | 小餐包、麥茶 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/2 | 四 | 奶酥吐司、豆漿 | 白飯、咖哩雞(雞肉、咖哩、紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯)、空心菜、海帶芽味噌湯 | 棗子 | 時蔬炒麵(關廟麵、高麗菜、豆干、豆芽菜) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/3 | 五 | 金瓜炊粉湯(南瓜、肉絲、紅蔥、香菇、高麗菜) | 白飯、麻婆豆腐(絞肉、豆腐)、空心菜、貢丸湯 | 棗子 | 黑糖小珍珠 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/4 | 六 | 麻油麵線(薑片、麻油、麵線) | 香菇肉絲竹筍粥(白飯、肉絲、竹筍、香菇、魚丸、蛤仔、花枝、芹菜) | 棗子 | 芙蓉湯餃(菠菜粒、蛋、肉末水餃) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/6 | 一 | 魚片鹹粥(鯛魚片、嫩薑、青蔥) | 奶油雞肉白醬燴飯(白飯、肉絲、香菇、玉米、紅蘿蔔、豌豆)、芙蓉湯 | 芭樂 | 燒仙草(仙草、小湯圓) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/7 | 二 | 銀絲卷、牛奶 | 白飯、蒜香雞肉(雞肉、高麗菜)、洋蔥南瓜湯 | 芭樂 | 水煮玉米 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/8 | 三 | 鍋燒雞絲麵(肉絲、胡蘿蔔、魚板、蔥、蛋) | 白飯、台式打拋豬(絞肉、韭菜花、豆鼓、冬白菜、紅蘿蔔)、淡酸辣湯 | 芭樂 | 草莓饅頭、決明子茶 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/9 | 四 | 全麥吐司、豆漿 | 白飯、海帶結滷肉(海帶結、肉)、冬白菜、金針排骨湯 | 芭樂 | 蔬菜燕餃湯(燕餃、青江菜、小白菜、木耳) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/10 | 五 | 香煎蘿蔔糕加蛋 | 什錦肉絲蛋炒飯(白飯、肉絲、雞蛋、高高麗菜、紅蘿蔔)、鮮菇雞絲湯 | 芭樂 | 紫米粥 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/13 | 一 | 玉米麥片、牛奶 | 鍋燒意麵(意麵、花枝、魚板、肉絲、高麗菜、小白菜、蔥、蛋) | 橘子 | 地瓜綠豆湯 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/14 | 二 | 小餐包、豆漿 | 白飯小偷魯肉飯(白飯、五花肉、紅蘿蔔、白蘿蔔)、空心菜、豆腐味噌湯 | 橘子 | 麻油麵線(薑片、麻油、麵線) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/15 | 三 | 蔬菜煎餅(紅蘿蔔絲、高麗菜、蛋) | 白飯、五香豆干滷肉(豆干丁、紅蘿蔔、梅花肉)、炒菠菜、蛤仔湯 | 橘子 | 時蔬餛飩湯(大白菜、玉米、鮮肉餛飩、青蔥) | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/16 | 四 | 藍莓吐司、豆漿 | 白飯、蠔油豆干肉絲(蔥、豆干、肉絲)、高麗菜、香菇雞湯 | 橘子 | 金黃地瓜、麥茶 | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 2/17 | 五 | 蟹蚌魚肉粥(魚片、蟹肉棒、香菇、蔥花) | 螞蟻上樹(粉絲、木耳、山東白菜、紅蘿蔔絲、肉絲、香菇)、蘿蔔排骨湯 | 橘子 | 檸檬愛玉 | ○ | ○ | ○ | ○ |

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！