

臺南市私立資優生幼兒園 112學年度 1月份 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	根莖類	蛋類	肉類	豆類	蔬菜類	水果類	
			主食	水果								
1/15	一	芋頭鹹粥(芋頭、肉絲)	肉絲炒麵(肉絲、香菇、紅蘿蔔、洋蔥、高麗菜)、紫菜蛋花湯	柑橘	紫米粥	○	○	○	○	○	○	
1/16	二	全麥吐司、牛奶	糙米飯、肉末番茄(絞肉、番茄、馬鈴薯、紅蘿蔔)豆芽菜、白菜豆腐湯	柑橘	芋頭西米露	○	○	○	○	○	○	
1/17	三	肉末滑蛋粥(絞肉、雞蛋)	白飯、三杯雞(雞肉丁、紅蘿蔔、九層塔)高麗菜、蘿蔔肉絲湯(蘿蔔、肉絲)	柑橘	海鮮米粉湯(雞蛋、魚肉、豆芽菜)	○	○	○	○	○	○	
1/18	四	肉絲冬粉	小米飯、冬瓜滷肉(肉絲、冬瓜、青豆、馬鈴薯)高麗菜、玉米蛋花湯	柑橘	仙草凍	○	○	○	○	○	○	
1/19	五	雞蛋饅頭、豆漿	白飯、豬肉咖哩(紅蘿蔔、馬鈴薯、洋蔥、豬肉)杏鮑菇高麗菜、豆腐味噌湯	柑橘	玉米濃湯(玉米、馬鈴薯、洋蔥)	○	○	○	○	○	○	
1/22	一	白粥、肉鬆	彩椒肉絲炒飯(肉絲、玉米、青椒、彩椒、蛋)、薑絲魚湯(魚柳)	柳丁	麻油麵線(雞蛋、麵線)	○	○	○	○	○	○	
1/23	二	草莓饅頭、牛奶	小米飯、肉燥烏蛋(絞肉、烏蛋、紅蘿蔔、青豆)四季豆炒豆干、海帶大根湯	柳丁	冬瓜愛玉	○	○	○	○	○	○	
1/24	三	蔬菜板條(小白菜、板條)	白飯、麻婆豆腐(肉絲、豆腐、青蔥、馬鈴薯)冬白菜、紫菜湯(紫菜、蛋)	柳丁	香蔥米苔目(肉絲、小白菜、米苔目)	○	○	○	○	○	○	
1/25	四	葡萄吐司、豆漿	糙米飯、海帶燒肉(肉丁、海帶、紅蘿蔔)炒菠菜、豆薯湯(豆薯、蛋)	柳丁	芙蓉湯餃(水餃、蛋)	○	○	○	○	○	○	
1/26	五	吻仔魚粥(吻仔魚、高麗菜)	鍋燒意麵(肉絲、魚板、黑輪、小白菜、蛋)	柳丁	紅豆紫米	○	○	○	○	○	○	
1/29	一	鮮魚冬粉(魚柳、冬粉)	茄汁蛋炒飯(洋蔥、肉絲、紅蘿蔔、雞蛋、香菇、青豆)、大頭菜肉絲魚丸湯	棗子	古早味小蛋糕、決明子茶	○	○	○	○	○	○	
1/30	二	鮮奶吐司、牛奶	五穀飯、京醬雞丁(雞丁、車輪、馬鈴薯)菠菜、蘿蔔排骨湯	棗子	綠豆西米露	○	○	○	○	○	○	
1/31	三	絲瓜粥(肉絲、絲瓜)	白飯、杏鮑菇肉絲(肉絲、杏鮑菇、紅蘿蔔、雪蓮子)尼龍菜、榨菜肉絲湯	棗子	關東煮(黑輪、白蘿蔔)	○	○	○	○	○	○	
2/1	四	芋頭吐司、豆漿	糙米飯、五香豆干(肉絲、豆干、紅蘿蔔、五香滷包)高麗菜、冬瓜蛤蜊湯	芭樂	薏仁湯	○	○	○	○	○	○	
2/2	五	南瓜粥(南瓜、肉絲)	雞茸玉米飯湯(雞丁、紅蘿蔔、玉米、海帶芽、雞蛋、小白菜、白飯)	芭樂	蘿蔔糕湯(小白菜、蛋、蘿蔔糕)	○	○	○	○	○	○	
2/5	一	蟹蚌蔬菜粥(蟹蚌、高麗菜)	白飯、肉絲燴飯(肉絲、青豆、香菇、蘿蔔、玉米、蛋)高麗菜、海帶味噌湯	芭樂	五穀粥	○	○	○	○	○	○	
2/6	二	草莓吐司、牛奶	糙米飯、螞蟻上樹(絞肉、紅蘿蔔、高麗菜、冬粉)油菜、紫菜蛋花湯	芭樂	肉絲麵線(肉絲、高麗菜)	○	○	○	○	○	○	
2/7	三	時蔬拉麵(高麗菜、蛋)	小米飯、香菇肉燥(絞肉、香菇、豆皮、紅蘿蔔)高麗菜、味噌豆腐湯	芭樂	紅豆湯	○	○	○	○	○	○	
2/8	四	春節假期放假									○	○
2/9	五	春節假期放假									○	○
2/12	一	春節假期放假									○	○
2/13	二	春節假期放假									○	○
2/14	三	春節假期放假									○	○
2/15	四	海帶芽粥(海帶芽、雞蛋)	高麗菜鮮肉水餃、玉米濃湯(玉米粒、火腿、洋蔥)	柑橘	綠豆湯	○	○	○	○	○	○	
2/16	五	小芋泥包、牛奶	白飯、親子丼(雞丁、洋蔥、高麗菜、雞蛋)、蘿蔔魚丸湯	棗子	小米粥	○	○	○	○	○	○	
2/17	六	嘴邊肉冬粉湯(米粉、豆腐、嘴邊肉、豆芽菜)	糙米飯、蠔油豆干(肉絲、豆干、紅蘿蔔)高麗菜、金針蛋花湯	棗子	南瓜濃湯(馬鈴薯、紅蘿蔔、南瓜)	○	○	○	○	○	○	

※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！