

愛幼幼兒園 109 年 1 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
1/2 (四)	紅豆大麥粥	五穀米飯、酥煎小香腸、豆乾小魚、白菜蕃茄、紫菜蛋花湯(紫菜、蛋、白菜)	滑蛋麵線
1/3 (五)	煎鹹糰、紫花湯	新竹肉燥蔬菜炒米粉(米粉、高麗菜、香菇、豆腐乾、豬肉、蝦米、木耳、洋蔥、紅蘿蔔、)、冬瓜湯(冬瓜、蛤蜊). 水果:柳丁	枸杞雞茸粥(枸杞、雞胸肉、五穀米)
1/6 (一)	肉鬆蔬菜三明治(肉鬆、生菜萵苣)、牛奶	香香白米飯、魯排肉(豬肉、蛋)、香菇高麗菜、鳳梨燴木耳、海帶芽湯	黑糖饅頭、豆漿
1/7 (二)	五穀瘦肉粥	蕃茄海鮮麵疙瘩(蝦仁、香菇、透抽、鯛魚塊、紅蘿蔔、綠竹筍、蕃茄、麵疙瘩)	晶露 燒仙草
1/8 (三)	蜜香法國土司、豆漿	古早味府城油飯(糯米、香菇、豬五花肉、蝦米、麻油、油蔥酥)、四神湯(薏仁、芡實、蓮子、茯苓、山藥、豬肉片). 水果:蘋果	金針花佐豬肉冬粉湯(金針花、豬肉片、芹菜、鰵魚粉)
1/9 (四)	養生五穀米漿、麥片	台南大滷麵(梅花肉、大白菜、木耳、紅蘿蔔、蛋) 水果:小蕃茄	豬肝麻油麵線
1/10 (五)	地瓜餅、巧克力牛奶	培根蔬菜板條(培根、高麗菜、紅蘿蔔)、蘿蔔湯(紅蘿蔔、白蘿蔔、排骨、芹菜) 水果: 橘子	奶酥小餐包、養生茶
1/13 (一)	南瓜青芹蛋餅、海芽蛋花湯	養生芝麻飯、瓜仔蒸肉、黃豆燒海帶、炒青江、蕃茄豆腐湯	山藥蔬菜粥(山藥、高麗菜、紅蘿蔔、)
1/14 (二)	全麥吐司、豆漿	鮮蝦蘿蔔肉燥鹹粥 水果:柳丁	蔬菜雞絲麵(小白菜、蛋)
1/15 (三)	茶葉蛋、味噌豆腐白菜湯	蔬菜海鮮烏龍麵(鮮蝦、蛤蜊、蛋、魚板、海帶、青江菜) 水果:小蕃茄	杏仁花生湯圓
1/16 (四)	鹹薏仁粥(白米、薏仁、玉米、絞肉、芹菜、紅甜椒、白花菜)	蝦仁蛋炒飯(蝦仁、青豆、紅蘿蔔、蛋)、鮮魚味噌湯 水果:柳丁	虱目魚羹
1/17 (五)	鮮蔬玉米蛋餅、奶茶	豚汁日式拉麵(豬肉、青江菜、味噌、蔥花)、滷蛋、 水果:蘋果	香蕉紅豆糕、奶茶
1/20 (一)	芝麻蛋煎餅、小白菜餛飩湯	香菇豬肉高麗菜悶飯(香菇、豬肉、高麗菜、)、馬鈴薯蕃茄湯(馬鈴薯、蕃茄、豆腐、豆菜)	酸菜蚵仔麵線
1/21 (二)	黃金地瓜泥吐司捲	火鍋圍爐慶年節、吉利果	好采頭關東煮
1/22 (三)	玉米脆片、牛奶	開運金元寶(水餃:高麗菜、玉米、紅蘿蔔、青豆)、酸辣湯(酸菜、紅蘿蔔、板豆腐、黑木耳、豬肉絲、雞蛋) 平安果(蘋果)	蔬菜蘇打餅(紅蘿蔔、蛋、)、紫菜湯
1/23 (四) 1/29 (三)	新年快樂		
1/30 (四)	南瓜玉米濃湯	十全藥膳排骨麵(十全藥膳包、排骨、玉米筍) 水果:橘子	黑金沙其馬、紫菜湯
1/31 (五)	鮮地瓜煎餅、豆漿	漢堡(豬肉片、蛋、生菜)、玉米濃湯 水果:蘋果	廣東粥(絞肉、玉米、皮蛋、芹菜)

◎ 為孩子健康，本園提供餐點皆為少油、低鹽料理，飲料皆為低糖飲料，請家長放心！

◎ 餐點內容會隨時令季節或配合課程活動而機動調整，不便之處，敬請原諒。