

愛幼幼兒園 109 年 2 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
2/3 (一)	小麥片鹹菜粥(高麗菜、芹菜、紅蘿蔔)	營養芝麻飯、咕咕蛋滷海帶、炒菠菜、木耳煨豆腐、海芽湯 水果:蘋果	枸杞麵線
2/4 (二)	絲瓜麵線	蕃茄海鮮麵(番茄、蘑菇、烏賊、鮮蝦、蛤蜊、蛋、魚板、青江菜)、玉米濃湯	綠豆豆花
2/5 (三)	煎鹹糰、紫花湯	水餃(豬肉、高麗菜)、酸辣湯(豬絞肉、胡蘿蔔、黑木耳、金針菇、豆腐) 水果:柳丁	皮蛋瘦肉粥(豬絞肉、高麗菜、皮蛋、柴魚)
2/6 (四)	南瓜芝麻蛋餅、牛奶	魚鬆蛋蛋燻肉飯(海苔魚鬆、燻肉、魯蛋)、白玉蔬菜湯(排骨、白蘿蔔、高麗菜、鴻禧菇、香菜、豆腐) 水果:小蕃茄	油豆腐粉絲
2/7 (五)	新鮮蕃薯、海帶豆腐湯	茄汁蛋炒飯(蛋、豌豆、紅蘿蔔、玉米)、蘿蔔玉米排骨湯(排骨、白蘿蔔、玉米、香菜) 水果:橘子	粿仔鮮蔬湯(粿仔、高麗菜、胡蘿蔔、蒜苗)
2/10 (一)	鮮蔬蛋餅、薏仁漿	海陸雙味芋角飯(櫻花蝦、毛豆、香菇、芋頭丁、絞肉、高麗菜)、豆薯蛋蛋湯 水果:香蕉	麻油雞絲麵線
2/11 (二)	茶葉蛋、味噌柴魚湯	手工陽春麵(小白菜、絞肉)、滷肉丸、滷豆干、滷油豆腐 水果:橘子	五穀蔬菜粥(高麗菜、波菜、豆干)
2/12 (三)	蔬菜沙拉吐司(生菜、蛋、小黃瓜、蕃茄醬)、豆漿	蒜香蝦仁蛋炒飯(紅蘿蔔、青豆、蒜頭、蝦仁、四季豆、洋蔥丁、玉米粒、蛋)、蘿蔔貢丸湯 水果:蘋果	波羅小餐包
2/13 (四)	叻仔魚粥(香菇、叻仔魚、紅蘿蔔、洋蔥、白芨菜、雞絞肉、蛋)	肉燥米粉湯(肉燥、豆芽菜、綠韭菜)、滷蛋、滷海帶、滷黃豆 水果:香蕉	綠豆地瓜湯
2/14 (五)	水煮蛋、薏仁漿	黃金雙彩蓋飯(紅蘿蔔、玉米、絞肉、青豆、青椒、紅椒、黃椒)、高麗菜鮮菇湯(高麗菜、秀珍菇) 水果:柳丁	椰奶饅頭、紫花湯
2/15 (六)	鍋燒意麵(豬肉片、雞蛋、青江菜、紅蘿蔔、火鍋料)	什錦海鮮湯飯(高麗菜、紅蘿蔔、小卷、魚皮、鮮蚶、蝦仁、香芹) 水果:小蕃茄	蔬菜米苔目(高麗菜、地瓜葉、紅蘿蔔、黑木耳)
2/17 (一)	小穀麥片、牛奶	雞肉飯(雞肉絲炒蒜頭)、炒青江、薑絲蛋炒木耳、海帶芽湯 水果:香蕉	叻仔魚粥(香菇、叻仔魚、紅蘿蔔、洋蔥、白芨菜、雞絞肉、蛋)
2/18 (二)	海苔蔬菜卷(海苔、生菜、玉米筍、美乃滋、小黃瓜)	蔬菜鹹粥(高麗菜、紅蘿蔔、金針菇、雞柳、蝦米、肉末、蔥珠) 水果:蘋果	茶葉蛋、紫菜湯
2/19 (三)	全麥吐司、豆漿	榨菜肉絲湯麵(榨菜絲、肉絲、豚骨高湯)、滷蛋 水果:柳丁	玉米高麗肉末粥
2/20 (四)	油豆腐粉絲(油豆腐、豬肉片、高麗菜、鴻禧菇、青蔥)	里肌肉排飯(炸里肌肉排)、炒花椰、炒玉米蛋、大黃瓜湯 水果:小蕃茄	紫米西米露

2/21 (五)	桂圓小米粥	五行炒冬粉(木耳、珍菇、肉末、韭菜、蝦米)、 大骨高麗菜蛋蛋湯 水果:橘子	茄汁通心麵(蕃 茄醬、洋蔥、鴻 禧菇、豬絞肉、 胡蘿蔔)
2/24 (一)	玉米脆片、牛奶	地瓜悶飯、紅燒豆腐、炒芥藍、紅蘿蔔炒蛋 冬菜粉絲湯 水果:香蕉	紅豆晶露湯
2/25 (二)	白土司、南瓜玉米濃 湯	豚汁日式拉麵(豬肉、青江菜、高麗菜、洋蔥、 海帶芽、味噌、蔥花)、滷蛋、 水果:蘋果	奶香手工饅頭
2/26 (三)	芹菜蔬菜蛋餅(芹 菜、小白菜)	培根蔬菜板條(培根肉丁、青江菜、紅蘿蔔絲、 木耳、青蔥)、鮮味魚湯 水果:柳丁	皮蛋瘦肉粥
2/27 (四)	紅豆大麥粥	香香白米飯(蒟蒻黃豆燒肉、炒絲瓜、炒海芽) 蘿蔔黑輪湯 水果:橘子	紅豆薏仁

◎ 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。