

愛幼幼兒園 110 年 1 月份餐點表

日期	活力早餐	營養午餐	美味點心
1/4 (一)	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)、番茄	滑蛋麵線
1/5 (二)	煎鹹糰、紫花湯	肉燥炒米粉(米粉、高麗菜、香菇、豆腐乾、肉絲、蝦米、木耳、洋蔥、紅蘿蔔)、冬瓜湯(冬瓜)、柳丁	黑糖饅頭、豆漿
1/6 (三)	肉鬆蔬菜三明治(肉鬆、生菜萵苣)、牛奶	香香白米飯、魯排肉(肉片、蛋)、香菇高麗菜、鳳梨燴木耳、海帶芽湯、芭樂	枸杞雞茸粥(枸杞、雞胸肉、五穀米)
1/7 (四)	五穀肉菜粥	蕃茄海鮮麵疙瘩(蝦仁、香菇、透抽、紅蘿蔔、綠竹筍、蕃茄、麵疙瘩)、蘋果	晶露燒仙草
1/8 (五)	蜜香法國土司、豆漿	古早味府城油飯(糯米、香菇、五花肉、蝦米、麻油、油蔥酥)、四神湯(薏仁、芡實、蓮子、茯苓、山藥、肉片)、香蕉	金針花豬肉冬粉(金針花、豬肉、芹菜、鯉魚粉)
1/11 (一)	養生五穀米漿、麥片	台南大滷麵(魚羹、肉羹、香菇、木耳、紅蘿蔔、金針、蛋)、番茄	豬肝麻油麵線
1/12 (二)	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) 橘子	奶酥小餐包、養生茶
1/13 (三)	茶葉蛋、味噌豆腐湯	養生芝麻飯、瓜仔蒸肉、黃豆燒海帶、炒青江、蕃茄豆腐湯、芭樂	山藥蔬菜粥(山藥、高麗菜、)
1/14 (四)	全麥吐司、豆漿	鮮蝦蘿蔔肉燥鹹粥(蝦米、肉末、香菇)、柳丁	蔬菜雞絲麵(小白菜、蛋)
1/15 (五)	南瓜青芹蛋餅、海芽蛋花湯	蔬菜海鮮烏龍麵(鮮蝦、蛤蜊、蛋、魚板、海帶、青江菜) 香蕉	杏仁花生湯圓
1/18 (一)	鹹薏仁粥(白米、薏仁、玉米、絞肉、芹菜)	蝦仁蛋炒飯(蝦仁、青豆、玉米、紅蘿蔔、蛋)、鮮魚味噌湯 蘋果	酸菜蚵仔麵線
1/19 (二)	鮮蔬玉米蛋餅、奶茶	豚汁日式拉麵(肉片、青江菜、味噌、蔥花)、滷蛋、番茄	布丁麵包、奶茶
1/20 (三)	芝麻蛋煎餅、小白菜餛飩湯	香菇肉絲高麗菜悶飯(香菇、肉絲、高麗菜、)、馬鈴薯蕃茄湯(馬鈴薯、蕃茄、豆腐、豆菜)、香蕉	虱目魚羹
1/21 (四)	茶葉蛋、味噌柴魚湯	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、柳丁	麻油雞絲麵線
1/22 (五)	鮮蔬蛋餅、薏仁漿	手工陽春麵(小白菜、絞肉)、滷肉丸、滷豆干、滷油豆腐、橘子	五穀蔬菜粥(高麗菜、波菜、豆干)
1/25 (一)	海苔卷(生菜、蛋、小黃瓜)、豆漿	蒜香蝦仁蛋炒飯(紅蘿蔔、青豆、蒜頭、蝦仁、玉米粒、蛋)、蘿蔔魚丸湯、蘋果	廣東粥(絞肉、玉米、皮蛋、芹菜)
1/26 (二)	吻仔魚粥(香菇、吻仔魚、紅蘿蔔、蛋)	肉燥米粉湯(肉燥、豆芽菜、綠韭菜)、滷蛋、滷海帶、滷黃豆、芭樂	椰奶饅頭、紫花湯
1/27 (三)	水煮蛋、薏仁漿	黃金雙彩蓋飯(紅蘿蔔、玉米、絞肉、青豆)、高麗菜鮮菇湯(高麗菜、秀珍菇)、柳丁	綠豆地瓜湯
1/28 (四)	鍋燒意麵(肉絲、雞蛋、青江菜、火鍋料)	什錦海鮮湯飯(高麗菜、紅蘿蔔、小卷、鮮蚵、蝦仁、香芹)、小蕃茄	蔬菜米苔目(豆芽、綠韭、黑木耳)
1/29 (五)	地瓜煎餅、豆漿	漢堡(肉片、蛋、生菜)、玉米濃湯 水果:蘋果	波羅麵包

◎ 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。

★★ 本園一律使用國產豬肉食品