

臺南市港尾國小附設幼兒園110學年度第一學期1月份餐點表

日期	星期	上午點心	上午點心	午餐	午餐	水果	下午點心	下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
1月1日	六				元旦							
1月2日	日											
1月3日	一	鍋燒意麵	意麵、肉絲、小白菜、雞蛋、筍絲	糙米飯；杏鮑菇雞丁；三杯豆干米血；青江菜；菜頭魚丸湯	白米、糙米、青蔥、大蒜、洋蔥、杏鮑菇、雞里肌肉(肉雞)、九層塔、小方豆干、米血糕、青江菜、薑絲、白蘿蔔、魚丸、青蔥	蘋果	薯餅蛋餅 決明子茶	餅皮、雞蛋、馬鈴薯、決明子	√	√	√	√
1月4日	二	油條香菇粥	白米、香菇、油條、芹菜	糙米飯；車輪滷肉；番茄炒蛋；蚵白菜；麻油雞麵線	白米、糙米、肉丁(豬前腿)、肉丁(豬五花)、乾麵輪、雞蛋、牛番茄、蚵白菜、薑絲、雞腿、老薑、高麗菜、紅麵線	椪柑	香雞小漢堡 豆漿	漢堡、雞蛋、雞腿肉、豆漿	√	√	√	√
1月5日	三	碗粿 味增湯	米漿、糯米粉、豬肉、雞蛋、香菇、味噌、豆腐	台南魯麵；香滷雞翅	油麵、山東白菜、肉羹、筍絲、乾木耳、胡蘿蔔、青蔥、雞翅、老薑	美濃瓜	戚風蛋糕 豆漿	麵粉、雞蛋、黃豆	√	√	√	√
1月6日	四	大魯麵	油麵、香菇、肉絲、木耳、筍絲	糙米飯；糖醋旗魚；麻婆豆腐；有機時蔬；白菜針菇蛋花湯	白米、糙米、旗魚、洋蔥、胡蘿蔔、秀珍菇、老薑、板豆腐、青蔥、豬絞肉、大蒜、高麗菜、蒜末、胡蘿蔔、薑絲、小白菜、雞蛋、金針菇	木瓜	法國吐司 麥茶	吐司、雞蛋、炒麥芽	√	√	√	√
1月7日	五	生日蛋糕	麵粉、雞蛋、奶油、水果	糙米飯；筍乾燉肉；毛豆滑蛋；有機時蔬；關東煮湯	白米、糙米、老薑、青蔥、肉丁(豬五花)、肉丁(豬前腿)、筍干、大蒜、雞蛋、青蔥、大蒜、毛豆仁、黑葉白菜、薑絲、白蘿蔔、黑輪、米血青蔥	芭樂	起司饅頭 枸杞養生茶	麵粉、起司、雞蛋、枸杞、紅棗	√	√	√	√
1月8日	六											
1月9日	日											
1月10日	一	香菇筍絲麵線	麵線、香菇、胡蘿蔔、筍絲、肉絲	糙米飯；油豆腐肉燥；蒲瓜黑輪；有機時蔬；紫菜蛋花湯	白米、糙米、油蔥酥、豬絞肉、小三角油豆腐、大蒜、雞蛋、青蔥、大蒜、菜脯、尼龍白菜、薑絲、白蘿蔔、豬龍骨、薑絲	美濃瓜	吐司加蛋 冬瓜鮮奶	吐司、雞蛋、牛奶、冬瓜茶	√	√	√	√
1月11日	二	肉鬆三明治 麥茶	吐司、肉鬆、雞蛋、炒麥芽	糙米飯；馬鈴薯燉肉；菜脯蛋；有機時蔬；菜頭排骨湯	白米、糙米、洋蔥、馬鈴薯、肉丁(豬後腿)、蒲瓜、黑輪、胡蘿蔔、青蔥、大蒜、油菜、薑絲、紫、菜雞蛋、青蔥	蘋果	水煎包 米漿	麵粉、高麗菜、絞肉、蔥、糙米	√	√	√	√
1月12日	三	玉米南瓜粥	白米、玉米、南瓜、蔥	義大利意麵；香腸；玉米濃湯	洋蔥、豬絞肉、番茄糊、牛番茄、白油麵、馬鈴薯、雞蛋、冷凍玉米粒、火腿丁、德國香腸	木瓜	沙琪瑪 牛奶	麵粉、糖、奶油、牛奶	√	√	√	√
1月13日	四	沙茶豬肉麵	麵條、豬肉、沙茶、青江菜	糙米飯；日式鮮魚排；車輪大根佃煮；有機時蔬；高麗菜蛋花湯	白米、糙米、虱目魚排、大根、乾麵輪、秀珍菇、高麗菜、大蒜、胡蘿蔔、小白菜、傳統豆腐、薑絲	芭樂	玉米濃湯餃	水餃、玉米、火腿、雞蛋、青豆仁	√	√	√	√

1月14日	五	肉燥板條湯	板條、肉燥、韭菜	糙米飯；咖哩雞；木須炒蛋；有機時蔬；刺瓜排骨湯	白米、糙米、洋葱、胡蘿蔔、雞腿丁、馬鈴薯、雞蛋、胡蘿蔔、青蔥、杏鮑菇、大蒜乾、木耳、菠菜、大蒜、豬龍骨、刺瓜	香蕉	蔥肉餅 枸杞養生茶	麵粉、蔥、絞肉、枸杞、紅棗	V	V	V	V
1月15日	六											
1月16日	日											
1月17日	一	酸辣湯麵	油麵、雞蛋、香菇、肉絲、筍絲	糙米飯；回鍋肉片；彩椒炒蛋；有機時蔬	白米、糙米、洋葱、火鍋肉片(豬前腿)、高麗菜、蒜苗、黃豆干、雞蛋、青蔥、大蒜、胡蘿蔔、蚵白菜、薑絲、桂竹筍片、肉絲(豬後腿)	木瓜	豬柳刈包 米漿	豬柳、白饅頭、糙米	V	V	V	V
1月18日	二	鮪魚三明治 豆漿	吐司、鮪魚、雞蛋、黃豆	糙米飯；蘿蔔燉肉；三杯豆干米血；有機時蔬；高麗菜麻油雞湯	白米、糙米、蒜仁、老薑、紅蘿蔔、青蔥、肉丁(豬前腿)、白蘿蔔、嫩薑、九層塔、嫩薑、小方豆干、米血糕、黑葉白菜、薑絲、	芭樂	香煎蔥抓餅 麥茶	麵粉、蔥、絞肉、炒麥芽	V	V	V	V
1月19日	三	翡翠吻仔魚粥	白米、芋頭、高麗菜、胡蘿蔔	台南魯麵；香滷雞翅	油麵、山東白菜、肉羹、筍絲、乾木耳、胡蘿蔔、青蔥、雞翅、大蒜、老薑	蘋果	蜂蜜蛋糕 豆漿	麵粉、番茄雞蛋、牛奶	V	V	V	V
1月20日	四	奶酥餐包 枸杞養生茶	麵粉、雞蛋、奶酥、紅棗、枸杞	白米飯；香滷雞腿；豬肉燴飯；白菜針菇蛋花湯	白米飯、青蔥、大蒜、老薑、棒棒腿、洋葱、青蔥、大蒜、火鍋肉片(豬前腿)、秀珍菇、薑絲、小白菜、雞蛋、金針菇	火龍果	休業式下午不供餐		V	V	V	V
1月21日	五											
1月22日	六											
1月23日	日											
1月24日	一											
1月25日	二											
1月26日	三											
1月27日	四											
1月28日	五											
1月29日	六											
1月30日	日											
1月31日	一											

寒假期間

承辦人：

園主任：

校(園)長：



















