

臺南市港尾幼兒園111學年度第1學期1月份餐點表

日期	星期	上午點心 (食材)	午 餐	水果/ 乳品	下午點心 (食材)	全 穀 根 莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	蔬 菜 類	水 果 類
1/02	一	補假							
1/03	二	芋頭香菇粥 (食材：白米、香菇、芋頭、芹菜、高麗菜、肉絲)	白飯、酸菜鴨、玉筍水蓮、有機蔬菜、麻油蛋花湯	蘋果 豆漿	香雞小漢堡+豆漿 (食材：漢堡、雞肉、黃豆)	V	V	V	V
1/04	三	碗櫃+紫菜蛋花湯 (食材：米漿、豬肉、雞蛋、香菇、油蔥酥、紫菜)	海鮮粥、燒賣、麵包、雙色花椰、海鮮粥料	香瓜 牛奶	蛋餅+牛奶 (食材：餅皮、雞蛋、牛奶)	V	V	V	V
1/05	四	大白菜滷麵 (食材：油麵、香菇、肉絲、白菜、筍絲、雞蛋)	糙米飯、咖哩雞、丁香魚炒豆干、有機蔬菜、味增湯	芭樂	法國土司+麥茶 (食材：吐司、蛋、炒麥芽、肉鬆)	V	V	V	V
1/06	五	生日蛋糕 8吋 (食材：麵粉、雞蛋、奶油、蘋果、奇異果、牛奶)	白飯、回鍋肉片、塔香杏鮑菇、薑絲小白菜、冬瓜湯	椪柑	起司饅頭+枸杞養茶 (食材：麵粉、起司、枸杞、紅棗)	V	V	V	V
1/07	六	鍋燒意麵 (食材：意麵、肉絲、小白菜、雞蛋、魚板)	糙米飯、滷肉燥、滷蛋 蒜泥地瓜葉、蘿蔔湯	蘋果	戚風蛋糕+豆漿 (食材：麵粉、雞蛋、奶油、蜂蜜、黃豆)	V	V	V	V
1/09	一	小肉包+豆漿 (食材：麵粉、絞肉、高麗菜、蔥、黃豆)	白飯、芹菜魷魚、茄汁豆腐、蒜炒菠菜、黃瓜湯	火龍果	土司加蛋+菊花蜜茶 (食材：吐司、雞蛋、菊花、蜂蜜)	V	V	V	V
1/10	二	肉鬆三明治 (食材：吐司、肉鬆、雞蛋)	白飯、炒雞肉年糕、彩椒炒豆芽、有機蔬菜、筍片湯	蘋果 牛奶	水煎包+豆漿 (食材：麵粉、高麗菜、絞肉、蔥、黃豆)	V	V	V	V
1/11	三	玉米南瓜粥 (食材：白米、玉米、南瓜、蔥、胡蘿蔔、高麗菜)	鍋燒意麵、蒜泥豬肉片 蒸饅頭、薑絲青江菜、鍋燒意麵料	香瓜 牛奶	總匯三明治+牛奶 (食材：吐司、雞蛋、豬肉、牛奶)	V	V	V	V
1/12	四	沙茶豬炒麵 (食材：麵條、	白飯、洋蔥豬柳、玉米炒蛋、有機蔬	芭樂	玉米濃湯餃 (食材：水餃、濃	V	V	V	V

日期	星期	上午點心 (食材)	午 餐	水果/ 乳品	下午點心 (食材)	全 穀 根 莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	蔬 菜 類	水 果 類
		豬肉、沙茶 醬、青江菜、 香菇)	菜、羅宋湯		湯粉、玉米、雞 蛋、青豆仁)				
1/13	五	肉燥板條湯 (食材：板條、 肉燥、韭菜、 白菜)	糙米飯、親子丼、 滷蘿蔔、蒜炒高麗 菜、蛤蠣絲瓜湯	椪柑	蒲燒魚壽司+麥 茶 (食材：白米、蒲 燒魚、海苔、炒 麥芽)	V	V	V	V
1/16	一	紅豆饅頭+豆 漿 (食材：麵粉、 牛奶、紅豆、 黃豆)	糙米飯、筍乾控 肉、紅蘿蔔炒蛋、 田園白菜、蕈菇湯	火龍果	豬柳刈包+米漿 (食材：豬柳、刈 包、洋蔥、糙米)	V	V	V	V
1/17	二	鮪魚三明治 (食材：吐司、 鮪魚、雞蛋)	白飯、麻油雞、海 帶豆干、有機蔬 菜、關東煮湯	蘋果 豆漿	蔥抓餅+麥茶 (食材：餅皮、 蔥、雞蛋、炒麥 芽)	V	V	V	V
1/18	三	翡翠吻仔魚粥 (食材：白米、 吻仔魚、高麗 菜、胡蘿蔔、 玉米)	石斑魚粥、寶寶肉 鬆、蒸烤地瓜、蒜 炒空心菜、石斑魚 粥料	香瓜 牛奶	蜂蜜蛋糕+牛奶 (食材：麵粉、雞 蛋、蜂蜜、牛奶)	V	V	V	V
1/19	四	奶酥餐包 枸杞養生茶 (食材：麵粉、 奶酥、枸杞、 紅棗)	糙米飯、雞肉絲、 小叮噹雞蛋糕、有 機蔬菜、紫菜蛋花 湯	芭樂 牛奶	結業式	V	V	V	V

◎餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，且每日供應一份當季新鮮水果。

但如遇特殊狀況，會適時變動；若有變動，則以當日實物為準。

◎肉品來源：本園一律使用國產豬、牛肉食材。

◎寶貝如有特殊情況或有過敏不能吃的食材，請主動告知園方老師，以免造成幼兒身體不適。

◎午餐由中央廚房麻豆國小出餐，詳細餐點食材內容請至食材登入網站參閱

<https://reurl.cc/WqxERD>