

112 年 1 月份		餐 點 表									
日期	星期	早 點 心		午 餐 內 容						午 點 心	
				主食	主菜	副菜	時蔬	湯	水果		
1 月 2 日	週二	麻油雞麵線		胚芽米飯	蒜泥白肉	蕃茄燴豆腐	時令蔬菜	蘿蔔玉米排骨湯	時令水果	小籠湯包	鮮奶
1 月 3 日	週三	岩燒蜂蜜蛋糕	麥茶	水餃	炸雞	清蒸南瓜	時令蔬菜	南瓜濃湯	時令水果	紅豆紫米粥	
1 月 4 日	週四	玉米脆片	鮮奶	糙米飯	醬燒筍干蹄膀	香菇玉米蒸蛋	時令蔬菜	枸杞香菇雞湯	時令水果	鮮蔬餛飩湯	
1 月 5 日	週五	鮮魚香菇蔬麵		白米飯	蘿蔔栗子燒雞	滷白菜	時令蔬菜	冬瓜排骨湯	時令水果	原味小餐包	低糖豆漿
1 月 8 日	週一	馬拉糕	鮮奶	白米飯	糖醋甜椒咕咾肉	滷蛋	時令蔬菜	木須金菇肉羹湯	時令水果	客家粿仔湯麵	
1 月 9 日	週二	玉米瘦肉粥		糙米飯	彩椒鳳梨茄汁雞丁	鮮菇炒小黃瓜	時令蔬菜	黃豆芽排骨湯	時令水果	南瓜雜糧小饅頭	鮮奶
1 月 10 日	週三	清粥小菜		義大利麵	紅醬絞肉	沙拉馬鈴薯	時令蔬菜	薑絲蛤蠣湯	時令水果	山藥肉粥	
1 月 11 日	週四	叉燒包	麥茶	白米飯	清蒸白蝦	洋蔥炒蛋	時令蔬菜	玉米排骨湯	時令水果	絲瓜蛋花麵線	
1 月 12 日	週五	鮮魚米粉湯		糙米飯	南瓜蘿蔔燒肉	芹香紅絲筍白飯	時令蔬菜	紫菜豆腐湯	時令水果	草莓吐司	鮮奶
1 月 15 日	週一	黑糖小饅頭	黑芝麻豆漿	白米飯	糖醋里肌	玉米炒荷蘭豆	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	翡翠小魚滑蛋粥	
1 月 16 日	週二	雞絲麵		炸醬麵	美味炸醬	玉米玉子燒	時令蔬菜	火鍋湯	時令水果	小兔包	鮮奶
1 月 17 日	週三	馬鈴薯沙拉	鮮奶	糙米飯	紅燒魚片	麻婆豆腐	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	仙草甜湯	
1 月 18 日	週四	芝麻包	紅棗茶	胚芽米飯	馬鈴薯燒肉	蒜炒四季豆	時令蔬菜	玉米濃湯	時令水果	滑蛋蔬菜麵	
1 月 19 日	週五	瘦肉粥		胚芽米飯	洋蔥燒雞	蛋花絲瓜	時令蔬菜	筍片排骨湯	時令水果	蒜香小麵包	鮮奶

提醒您~此份營養餐點表均以幼兒整日的營養需求所設計，建議保持菜單配置，讓幼兒每日攝取完善的營養唷!