



新北市新店區安坑國小附幼 108 年 02.03 月餐點表

菜單規劃者：李函潔 護理師/ 郭靜蓉 營養師

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	主廚	全穀根莖	豆蛋魚肉	蔬菜類	水果類
02/25	二	皮蛋瘦肉粥	糙米飯 三杯豬肉片 玉米炒蛋 蔬菜 綠豆薏仁湯 水果	紅豆紫米粥	黃惠卿	✓	✓	✓	✓
02/26	三	沙茶肉絲炒麵	咖哩海鮮燴飯 蛋酥高麗菜 蔬菜 白蘿蔔排骨湯 水果	鮪魚三明治 鮮奶		✓	✓	✓	✓
02/27	四	醬燒小肉包 豆漿	糙米飯 皇帝豆燒肉 腐乳白花菜 蔬菜 紫菜豆腐湯 水果	黃瓜排骨湯		✓	✓	✓	✓
03/02	一	叻仔魚粥	白飯 椒香翅小腿 麻油九層塔炒蛋 蔬菜 芥菜豆皮湯	水果大餐	葉芸均	✓	✓	✓	✓
03/03	二	奶黃包 黑豆漿	糙米飯 蘿蔔燉排骨 雞絲寬粉 蔬菜 金菇三絲湯 水果	餛飩湯麵		✓	✓	✓	✓
03/04	三	綜合火鍋	素麵線 白菜燒油豆腐 蔬菜 銀絲捲 水果	楓糖牛角 優酪乳		✓	✓	✓	✓
03/05	四	小米粥	糙米飯 香酥魚塊 麻婆大根 蔬菜 肉骨茶 水果	白玉肉羹湯		✓	✓	✓	✓
03/06	五	生日蛋糕 麥茶	紫米飯 蕃茄燒雞 培根雙花 蔬菜 紫菜金針蛋花湯 水果	玉米濃湯		✓	✓	✓	✓
03/09	一	黃瓜瘦肉粥	白飯 茶香滷肉 蛋酥毛豆雪裡紅 蔬菜 南瓜栗子雞湯	水果大餐	黃宥潔	✓	✓	✓	✓
03/10	二	水餃 蕃茄豆腐湯	糙米飯 三杯雞 彩椒炒魷魚 蔬菜 丁香味噌湯 水果	花生芋圓湯		✓	✓	✓	✓
03/11	三	油豆腐細粉	雞蓉玉米地瓜粥 炸豬排 蔬菜 豆沙包 水果	菠蘿麵包 鮮奶		✓	✓	✓	✓
03/12	四	珍珠丸子 米漿	糙米飯 蔥爆肉片 蕃茄蝦仁炒蛋 蔬菜 青木瓜豬骨湯 水果	芥菜雞湯		✓	✓	✓	✓
03/13	五	咖哩飯	燕麥飯 紅燒時魚 腐皮豆芽炒雞柳 蔬菜 花生芋頭紅豆湯 水果	廣式雪花糕 玉米鬚茶		✓	✓	✓	✓
03/16	一	廣東粥	白飯 滷雞腿 腰果玉米粒 蔬菜 黃瓜魚丸湯	水果大餐	林梅蘭	✓	✓	✓	✓
03/17	二	雜糧小饅頭 鮮奶	糙米飯 清燉花生豬腳 海帶干絲 蔬菜 蒜香蛤蜊冬粉湯 水果	當歸冬瓜排骨湯		✓	✓	✓	✓
03/18	三	火腿蛋炒飯	肉絲炒米苔目 醬淋嫩豆腐 蔬菜 魷魚羹湯 水果	玉米可頌 優酪乳		✓	✓	✓	✓
03/19	四	香甜地瓜湯	糙米飯 香酥魚排 咖哩洋芋 蔬菜 銀耳蓮子湯 水果	鮮蔬捲 豆漿		✓	✓	✓	✓
03/20	五	乾炒叉燒河粉	五穀飯 醬爆雞丁 三色蛋 蔬菜 白菜香菇湯 水果	綠豆薏仁湯		✓	✓	✓	✓
03/23	一	敏豆粥	白飯 紅麴醬燒肉 奶油玉米 蔬菜 蘿蔔牛蒡雞湯	水果大餐	黃惠卿	✓	✓	✓	✓
03/24	二	雙色甜湯圓	糙米飯 泡菜蒸魚 紅蘿蔔炒蛋 蔬菜 冬瓜海帶湯 水果	鍋燒烏龍麵		✓	✓	✓	✓
03/25	三	蒜頭雞湯	筍香什菇炒飯 蘆筍雞片拌茼蒿 蔬菜 金針豬腳湯 水果	起酥蛋糕 鮮奶		✓	✓	✓	✓
03/26	四	冬瓜仙草	糙米飯 蠔油香菇雞 芹菜豆干炒肉絲 蔬菜 結頭菜大骨湯 水果	夏威夷比薩 菊花茶		✓	✓	✓	✓
03/27	五	蕃茄肉絲蛋炒飯	大麥飯 蜜汁排骨 毛豆拌花生 蔬菜 刈薯蛋花湯 水果	鍋貼 鮮豆漿		✓	✓	✓	✓
03/30	一	芋頭鹹粥	白飯 烏醋燒雞翅 日式蒸蛋 蔬菜 綠豆脆圓湯	水果大餐	芸均	✓	✓	✓	✓
03/31	二	饅頭夾蛋 黑豆漿	糙米飯 柳葉魚 滷雙結 蔬菜 黃瓜肉絲湯 水果	絲瓜雞絲麵線		✓	✓	✓	✓