

新北市中和區中和國小附設幼兒園110學年度第一學期一月份幼兒餐點設計表

| 日期    | 星期 | 早上點心           | 午 餐                   |            |            |          |            |          | 下午點心           | 全穀根莖             | 豆魚肉蛋 | 蔬菜類 | 水果類 |   |
|-------|----|----------------|-----------------------|------------|------------|----------|------------|----------|----------------|------------------|------|-----|-----|---|
|       |    |                | 主食                    | 主菜         | 副菜一        | 副菜二      | 湯          | 水果       |                |                  |      |     |     |   |
| 1月1日  | 五  | 元旦放假一日         |                       |            |            |          |            |          |                |                  |      |     |     |   |
| 1月3日  | 一  | 紅豆吐司<br>保久牛乳   | 夏威夷蛋炒飯/有機蔬菜/味增海帶芽湯    |            |            |          |            |          | 時令<br>水果       | 義美蘇打餅乾<br>義美低糖豆漿 | V    | V   | V   | V |
| 1月4日  | 二  | 生日蛋糕<br>決明子茶   | 白飯                    | 鵝鶉蛋<br>滷肉燥 | 咖哩<br>蘿蔔   | 有機<br>蔬菜 | 羅宋湯        | 時令<br>水果 | 燒賣<br>光泉保久乳    | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月5日  | 三  | 銀絲捲<br>無糖黑豆茶   | 地瓜飯                   | 香煎<br>鯛魚   | 番茄<br>炒蛋   | 有機<br>蔬菜 | 金針<br>肉片湯  | 時令<br>水果 | 香菇雞茸湯麵         | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月6日  | 四  | 蔬菜鹹粥           | 什錦<br>珍穀飯             | 三杯<br>棒棒腿  | 大黃瓜<br>炒木耳 | 有機<br>蔬菜 | 美白菇<br>雞湯  | 時令<br>水果 | 大燕麥片<br>牛奶     | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月7日  | 五  | 雜糧小饅頭<br>紅藜糙米茶 | 紫米飯                   | 紅燒<br>獅子頭  | 蘿蔔<br>炒素雞  | 有機<br>蔬菜 | 蔬菜<br>濃湯   | 時令<br>水果 | 義美蘇打餅乾<br>無糖麥茶 | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月10日 | 一  | 全麥吐司<br>保久牛乳   | 茄汁雞肉鴻喜菇螺旋麵/有機蔬菜/冬瓜排骨湯 |            |            |          |            |          | 時令<br>水果       | 雲吞白菜湯            | V    | V   | V   | V |
| 1月11日 | 二  | 結頭菜鹹粥          | 胚芽飯                   | 蘑菇<br>炒雞丁  | 菜脯蛋        | 有機<br>蔬菜 | 秀珍菇<br>肉片湯 | 時令<br>水果 | 薏仁燕麥<br>牛奶湯    | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月12日 | 三  | 雞蛋小饅頭<br>無糖糙米茶 | 芝麻飯                   | 蒜苗<br>豬肉片  | 紅燒<br>豆輪   | 有機<br>蔬菜 | 鴻喜菇<br>雞湯  | 時令<br>水果 | 擔仔麵            | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月13日 | 四  | 芹香肉末粥          | 小米飯                   | 香滷<br>棒棒腿  | 彩椒炒<br>豆干  | 有機<br>蔬菜 | 番茄<br>肉片湯  | 時令<br>水果 | 奇美馬拉糕<br>義美樹豆茶 | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月14日 | 五  | 鮮奶小饅頭<br>決明子茶  | 白飯                    | 香煎<br>白北魚  | 肉絲<br>炒雙菇  | 有機<br>蔬菜 | 味增<br>海帶芽湯 | 時令<br>水果 | 什錦果麥片<br>牛奶    | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月17日 | 一  | 葡萄吐司<br>保久牛乳   | 蔬菜豬肉燴飯/有機蔬菜/結頭菜肉片湯    |            |            |          |            |          | 時令<br>水果       | 水煮玉米             | V    | V   | V   | V |
| 1月18日 | 二  | 高麗菜<br>絞肉粥     | 麥片飯                   | 洋蔥<br>炒豬柳  | 金莎<br>豆腐   | 有機<br>蔬菜 | 枸杞木<br>耳雞湯 | 時令<br>水果 | 芋頭<br>鮮奶西米露    | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月19日 | 三  | 黑糖捲<br>無糖麥茶    | 糙米飯                   | 蒜苗炒<br>雞肉片 | 秋葵<br>炒蛋   | 有機<br>蔬菜 | 黃瓜<br>肉片湯  | 時令<br>水果 | 大燕麥片<br>牛奶     | V                | V    | V   | V   |   |
| 1月20日 | 四  | 鮮奶吐司<br>保久牛乳   | 咖哩雞丁燴飯/有機蔬菜/玉米蛋花湯     |            |            |          |            |          | 時令<br>水果       | 蔬菜餅乾<br>義美低糖豆漿   | V    | V   | V   | V |

園內肉品源自台灣糖業股份有限公司畜殖事業部生鮮肉品工廠

製表人

幼兒園主任

校長(園長)

