

青潭附幼 108學年度第一學期 1~5週 營養餐點表

週次	日期	星期	上午點心	午餐					下午點心
				主食	主菜	配菜一	配菜二	湯品	
第一週	2月24日	一		寒假最後一天					
	2月25日	二	銀絲卷 紫米糙米漿	五穀飯 什錦湯餃	咖哩雞 黑糖小饅頭	玉米炒蛋 有機蔬菜	仙草蜜	關東煮 筍片丸子湯	水果 鮮奶吐司
	2月26日	三	生日蛋糕 鮮奶						水果 楓糖可頌
	2月27日	四	水果 鮮豆漿	燕麥飯 糖醋鯛魚	五柳豆包	有機蔬菜			優酪乳
	2月28日	五		228和平紀念日					
第二週	3月02日	一	奶皇包 黑豆奶	白飯 五穀飯	梅干扣肉 滷雞腿	枸杞雙花 番茄炒蛋	有機蔬菜 有機蔬菜	榨菜肉絲湯 銀耳蓮子湯	蘿蔔糕湯 鮮奶饅頭
	3月03日	二	鍋燒意麵						水果
	3月04日	三	香菇瘦肉粥		白菜什錦燴飯		五香滷味		水果
	3月05日	四	板條湯麵		燕麥飯	蠔油蒸魚	洋蔥豬柳	有機蔬菜	水果
	3月06日	五	水果 鮮奶		胚芽飯	蘿蔔燒肉	蔥燒豆腐	有機蔬菜	蛋花湯 奶香餐包
第三週	3月09日	一	花捲 鮮豆漿		白飯	醬瓜絞肉	吻仔魚炒蛋	有機蔬菜	三菇鮮湯 高麗菜捲湯
	3月10日	二	米粉湯		五穀飯	三杯雞	黃瓜什錦	有機蔬菜	水果
	3月11日	三	蔬菜鮪魚粥			香菇肉羹飯	芹菜三絲	有機蔬菜	綠豆西米露 鮮肉包
	3月12日	四	雲吞湯		燕麥飯	炒三鮮	玉米筍繪雞片	有機蔬菜	水果
	3月13日	五	水果 鮮奶		胚芽飯	沙茶肉片	螞蟻上樹	有機蔬菜	水果
第四週	3月16日	一	馬來糕 紫米糙米漿		白飯	紅燒肉	豆皮白菜燒	有機蔬菜	海帶芽味噌湯 燒賣
	3月17日	二	擔仔麵		五穀飯	梅醬雞	玉米炒絞肉	有機蔬菜	水果
	3月18日	三	生日蛋糕 鮮奶			大滷麵	紅蘿蔔炒蛋	有機蔬菜	水果
	3月19日	四	雞蓉玉米粥		燕麥飯	土魠魚丁	炒百菇	有機蔬菜	絲瓜蝦丸湯 紫米養生粥
	3月20日	五	水果 黑豆奶		胚芽飯	馬鈴薯燉肉	木須炒蛋	有機蔬菜	水果
第五週	3月23日	一	豆沙包子 鮮豆漿		白飯	糖醋肉片	培根燴黃瓜	有機蔬菜	筍子排骨湯 珍珠丸子
	3月24日	二	蛋汁雞絲麵		五穀飯	醬爆雞柳	蘑菇燒豆腐	有機蔬菜	水果
	3月25日	三	皮蛋瘦肉粥			義式蕃茄肉醬麵	洋蔥炒蛋	有機蔬菜	水果
	3月26日	四	什錦細粉		燕麥飯	清蒸鯛魚片	三杯杏鮑菇	有機蔬菜	玉米濃湯 綠豆粉圓
	3月27日	五	水果 鮮奶		胚芽飯	鵝鴨蛋滷肉燥	小黃瓜炒花枝丸	有機蔬菜	優酪乳 熱狗捲

※ 本餐點表參考：新北市幼兒教育資源網「幼稚園餐點設計」之內容。 ※ 本餐點表報請單位主管核準後實施。

※ 本學期餐點表經餐點會議討論結果，將以五週為一週期，採循環菜單制。