



鳴遠幼兒園一月份營養餐點表 114.1.1-114.1.31



日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核			
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
1	三	元旦放假一天			√	√	√	√
2	四	地瓜粥、小菜	五穀飯、回鍋肉、玉米炒四季豆、時令青菜、牛蒡湯	香菇肉燥麵	√	√	√	√
3	五	蕃茄肉絲麵	五穀飯、柳葉魚、黃瓜燴鮮菇、燙青菜、金針湯	八寶豆花	√	√	√	√
6	一	烏龍麵	五穀飯、蘿蔔燒肉、滷豆腐、時令青菜、玉米湯	紅豆紫米湯	√	√	√	√
7	二	地瓜粥肉鬆	壽星腿庫飯、時令青菜、冬瓜湯	鹹香米苔目	√	√	√	√
8	三	蘿蔔糕湯	五穀飯、豆腐控肉、炒南瓜、時令青菜、羅宋湯	冬菜冬粉湯	√	√	√	√
9	四	肉絲湯麵	五穀飯、紅燒滷肉、芹菜炒冬粉、時令青菜、蘿蔔湯	綠豆薏仁湯	√	√	√	√
10	五	山藥玉米粥	五穀飯、糖醋魚、蔥蛋、時令青菜、大黃瓜湯	什錦麵線	√	√	√	√
13	一	蔬菜肉絲麵	五穀飯、蘿蔔燒肉、芹菜海帶絲、時令青菜、海帶芽湯	豆腐細粉湯	√	√	√	√
14	二	蔬菜蛋肉粥	蔬菜肉絲蛋炒飯、時令青菜、竹筍湯	榨菜肉絲麵	√	√	√	√
15	三	絲瓜麵線	五穀飯、冬瓜扣肉、黃瓜炒蛋、時令青菜、蘿蔔湯	吻仔魚青菜粥	√	√	√	√
16	四	雞絲蛋麵	刈包、滷豆干海帶、玉米湯	小饅頭、養生茶	√	√	√	√
17	五	鮮蔬玉米粥	五穀飯、香酥魚、香菇燴冬瓜、時令青菜、牛蒡湯	八寶甜粥	√	√	√	√
20	一	蕃茄肉絲麵	五穀飯、洋蔥肉片、菇菇燴豆腐、時令青菜、蘿蔔湯	吻仔魚青菜粥	√	√	√	√
21	二	肉絲細粉湯	什錦肉絲蛋炒麵、時令青菜、黃瓜湯	果醬土司養生茶	√	√	√	√
22	三	南瓜玉米粥	五穀飯、瓜仔肉、洋蔥炒蛋、時令青菜、羅宋湯	擔仔麵	√	√	√	√
23	四	米苔目湯	五穀飯、蘿蔔扣肉、芹菜豆干、時令青菜、冬瓜湯	地瓜甜湯	√	√	√	√
24	五	吻魚翡翠粥	五穀飯、紅燒魚、蔥蛋、時令青菜、蕃茄豆腐湯	香菇麵線	√	√	√	√
27	一	<p style="text-align: center;">春節連假 主祐平安 放假9天 114/01/25(六)~114/02/02(日)</p>						
28	二							
29	三							
30	四							
31	五							

※餐後附有水果；餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所更動。

※【本園肉類食材採用國內在地肉品，向芬芳食材供應商採買！特此告知！】

*本園一律使用國產豬、牛肉食材

*本園未使用輻射污染食品