 吉瑞福幼兒園【111.01營養餐點表】

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | 01/03(一) | 01/04(二) | 01/05(三) | | 01/ 06(四) | 01/07(五) |
| **上午**  **點心** | 雞絲麵 | 玉米濃湯 | 牛奶麵包  豆漿 | | 毛豆、豆干  水果茶 | 小石頭  牛奶 |
| **午餐** | 蔥爆肉片  鳳梨炒木耳  季節鮮蔬  莧菜小魚湯  水果 | 香滷雞翅  紅蘿蔔炒蛋  季節鮮蔬  金針肉絲湯  水果 | 香菇肉燥  三色蒸蛋  季節鮮蔬  薑絲鮮魚湯  水果 | | 香煎柳月魚  蛋酥滷白菜  季節鮮蔬  海帶芽蛋花湯  水果 | 白蘿蔔爌肉  酸菜炒麵腸  季節鮮蔬  河蜆湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 爆米花  冬瓜茶 | 芋頭西米露 | 肉燥乾麵 | | 古早味米粉湯 | 清粥小菜 |
| **日期** | 01/10(一) | 01/11(二) | 01/12(三) | | 01/13(四) | 01/14(五) |
| **上午**  **點心** | 茶碗蒸 | 關東煮 | 小肉包  豆漿 | | 餛飩湯面 | 蛋花水餃 |
| **午餐** | 香炸肉片  麻婆豆腐  季節鮮蔬  美味鮮菇湯  水果 | 冬菜鴨肉  五香豆干  季節鮮蔬  蘿蔔排骨湯  水果 | 紅燒獅子頭  香芹甜不辣  季節鮮蔬  冬瓜蛤蜊湯  水果 | | 咖哩雞  茄汁肉捲  季節鮮蔬  大黃瓜貢丸湯  水果 | 軟炸香腸  番茄炒蛋  季節鮮蔬  玉米排骨湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 綠豆地瓜湯 | 銀絲卷  牛奶 | 仙草蜜 | | 廣東粥 | 波羅麵包  牛奶 |
| **日期** | 01/17 (一) | 01/18(二) | 01/19(三) | | 01/20(四) | 01/21(五) |
| **上午**  **點心** | 沙琪瑪  冬瓜茶 | 麵線糊 | 馬卡龍  豆漿 | | 茶葉蛋  蔬菜湯 | 蘿蔔糕 |
| **午餐** | 香煎花枝排  滷豬血  季節鮮蔬  豆腐味噌湯  水果 | 肉絲蛋炒飯  滷海帶根  香菇雞湯  水果 | 醬瓜蒸肉  家常豆腐  季節鮮蔬  菠菜小魚湯  水果 | | 香煎鯖魚  翠玉白菜滷  季節鮮蔬  酸菜豬血湯  水果 | 台式滷肉燥  玉米烘蛋  季節鮮蔬  油豆腐貢丸湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 螞蟻上樹  蛋花湯 | 果醬吐司  牛奶 | 紅豆薏仁 | | 什錦陽春麵 | 狀元及第粥 |
| **日期** | 01/22(六)補班日 | 01/24(一) | 01/25 (二) | | 01/26(三) | 01/27(四) |
| **上午**  **點心** | 當歸麵線 | 翡翠銀魚羹 | 麻油麵線 | | 芝麻包  豆漿 | 肉羹湯 |
| **午餐** | 鹹酥雞  三菇炒肉絲  季節鮮蔬  玉米濃湯  水果 | 京醬肉絲  酥炸百頁豆腐  季節鮮蔬  結頭菜排骨湯  水果 | 團圓火鍋 | | 冬瓜滷肉  芹香三絲  季節鮮蔬  榨菜肉絲湯  水果 | 香煎肉質魚  蛋酥大白菜  季節鮮蔬  海帶芽湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 醬燒肉包  牛奶 | 餅乾  牛奶 | 奶皇包  牛奶 | | 義大利肉醬麵 | 花生豆花 |
| **日期** | 01/28(五) | 1/29(六)-2/6(日)春節假期 | | * 上午點心於8:30後開始供應，若寶貝來園時間較早，建議您先讓寶貝吃過早餐再來上學。 * 本園供應之餐點烹調一律採低糖、低鹽、低油脂符合健康飲食原則。 * 51餐點均採購新鮮食材，但若因時令季節或颱風影響，菜色略做調整，園方將不另行通知，敬請見諒。 | | |
| **上午**  **點心** | 肉絲細粉 |
| **午餐** | 宮保雞丁  炒黑輪  季節鮮蔬  山藥排骨湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 清粥小菜 |

 吉瑞福幼兒園【111.01營養餐點表-素食】

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | 01/03(一) | 01/04(二) | 01/05(三) | | 01/ 06(四) | 01/07(五) |
| **上午**  **點心** | 雞絲麵 | 玉米濃湯 | 牛奶麵包  豆漿 | | 毛豆、豆干  水果茶 | 小石頭  牛奶 |
| **午餐** | 蔥爆素肉片  鳳梨炒木耳  季節鮮蔬  莧菜湯  水果 | 香滷素雞翅  紅蘿蔔炒蛋  季節鮮蔬  金針湯  水果 | 香菇素肉燥  三色蒸蛋  季節鮮蔬  薑絲湯  水果 | | 香煎素魚  蛋酥滷白菜  季節鮮蔬  海帶芽蛋花湯  水果 | 白蘿蔔爌素肉  酸菜炒麵腸  季節鮮蔬  大補湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 爆米花  冬瓜茶 | 芋頭西米露 | 素肉燥乾麵 | | 古早味米粉湯 | 清粥小菜 |
| **日期** | 01/10(一) | 01/11(二) | 01/12(三) | | 01/13(四) | 01/14(五) |
| **上午**  **點心** | 茶碗蒸 | 關東煮 | 小素肉包  豆漿 | | 素餛飩湯面 | 蛋花素水餃 |
| **午餐** | 香炸素肉片  麻婆豆腐  季節鮮蔬  美味鮮菇湯  水果 | 冬菜素鴨肉  五香豆干  季節鮮蔬  蘿蔔湯  水果 | 紅燒素獅子頭  香芹甜不辣  季節鮮蔬  冬瓜湯  水果 | | 咖哩素雞  茄汁肉捲  季節鮮蔬  大黃瓜素丸湯  水果 | 軟炸素香腸  番茄炒蛋  季節鮮蔬  玉米湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 綠豆地瓜湯 | 銀絲卷  牛奶 | 仙草蜜 | | 廣東粥 | 波羅麵包  牛奶 |
| **日期** | 01/17 (一) | 01/18(二) | 01/19(三) | | 01/20(四) | 01/21(五) |
| **上午**  **點心** | 沙琪瑪  冬瓜茶 | 麵線糊 | 馬卡龍  豆漿 | | 茶葉蛋  蔬菜湯 | 蘿蔔糕 |
| **午餐** | 香煎素花枝排  滷??  季節鮮蔬  豆腐味噌湯  水果 | 蛋炒飯  滷海帶根  香菇湯  水果 | 醬瓜蒸素肉  家常豆腐  季節鮮蔬  菠菜湯  水果 | | 香煎素魚  翠玉白菜滷  季節鮮蔬  酸菜湯  水果 | 台式滷素肉燥  玉米烘蛋  季節鮮蔬  油豆腐素丸湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 螞蟻上樹  蛋花湯 | 果醬吐司  牛奶 | 紅豆薏仁 | | 素什錦陽春麵 | 狀元及第粥 |
| **日期** | 01/22(六)補班日 | 01/24(一) | 01/25 (二) | | 01/26(三) | 01/27(四) |
| **上午**  **點心** | 當歸麵線 | 翡翠羹 | 麻油麵線 | | 芝麻包  豆漿 | 素肉羹湯 |
| **午餐** | 鹹酥素雞  三菇炒素肉絲  季節鮮蔬  玉米濃湯  水果 | 京醬素肉絲  酥炸百頁豆腐  季節鮮蔬  結頭菜湯  水果 | 團圓火鍋 | | 冬瓜滷素肉  芹香三絲  季節鮮蔬  榨菜湯  水果 | 香煎素魚  蛋酥大白菜  季節鮮蔬  海帶芽湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 醬燒素肉包  牛奶 | 餅乾  牛奶 | 奶皇包  牛奶 | | 義大利  素肉醬麵 | 花生豆花 |
| **日期** | 01/28(五) | 1/29(六)-2/6(日)春節假期 | | * 上午點心於8:30後開始供應，若寶貝來園時間較早，建議您先讓寶貝吃過早餐再來上學。 * 本園供應之餐點烹調一律採低糖、低鹽、低油脂符合健康飲食原則。 * 51餐點均採購新鮮食材，但若因時令季節或颱風影響，菜色略做調整，園方將不另行通知，敬請見諒。 | | |
| **上午**  **點心** | 素肉絲細粉 |
| **午餐** | 宮保素雞丁  炒黑輪  季節鮮蔬  山藥湯  水果 |
| **下午**  **點心** | 清粥小菜 |