




吉瑞福幼兒園【115.1 營養餐點表】

日期	★ 上午點心於 8:30 後開始供應，若寶貝來園時間較早，建議您先讓寶貝吃點早餐再來上學。				1/1(四)			1/2(五)				
上午點心	★ 本園一律使用「國產豬」，所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。				元旦			蛋 花 水 餃				
午餐	★ 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，園方將公告於餐點布告欄。							軟 炸 香 腸				
雙米飯	★ 若幼生對某些食物過敏或不適合，請事先告知老師。							滷 阿 給				
下午點心	★ 「白米+ 少量糙米，幫助營養均衡、好消化」							季 節 鮮 蔬 湯 果				
日期	1/5(一)		1/6(二)		1/7(三)		1/8(四)			1/9(五)		
上午點心	麵 線 糊		蘿 蔔 糕		兔 子 壽 桃 漿		水 煮 瓜 蛋 茶			鮮 奶 饅 頭 奶		
午餐	香 煎 花 枝 排		醬 瓜 滷 肉		馬 鈴 薯 燒 肉		三 杯 雞			台 式 滷 肉		
雙米飯	三 杯 杏 鮑 菇		蔥 花 炒 蛋		芹 香 三 鮮 絲		家 常 豆 腐			玉 米 節 烘		
下午點心	季 節 鮮 蔬 湯 果		季 節 鮮 蔬 湯 果		季 節 菜 肉 絲		季 節 菜 豬 血			季 節 絲 三 鮮		
日期	1/12(一)		1/13(二)		1/14(三)		1/15(四)			1/16(五)		
上午點心	肉 羹 湯		肉 絲 麵 線		可 頌 麵 包 漿		毛 豆 豆 干 茶			小 牛 肉 包 奶		
午餐	京 醬 肉 絲		紅 燒 嫩 雞		肉 燥 乾 麵		白 蘿 蔔 燻 肉			香 煎 鯖 魚		
雙米飯	酥 炸 百 頁 腐		蔥 花 炒 豆		魯 香 菇 雞		塔 香 節 鮮			蛋 酥 滷 白		
下午點心	奶 皇 包 奶		古 早 味 豆 花		皮 蛋 瘦 肉 粥		雞 絲 麵			魷 魚 烘 麵		
日期	1/19(一)		1/20(二)		1/21(三)		1/22(四)			1/23(五)		
上午點心	奶 酥 麵 包 奶		吻 仔 魚 粥		玉 米 濃 湯		燕 麥 脆 片 牛 奶			鮮 豆 奶 吐 司 漿		
午餐	酥 香 柳 月 魚		香 菇 肉 燥		宮 保 雞 丁		洋 蔥 肉 片			台 式 打 拋 豬		
雙米飯	麻 婆 豆 腐		紅 燒 豆 包		椒 鹽 甜 不 辣		菜 脯 煎 蛋			燜 高 麗 鮮		
下午點心	季 節 鮮 蔬 湯 果		季 節 鮮 蔬 湯 果		季 節 菜 肉 絲		黃 瓜 貢 丸			蘿 蔔 貢 丸		
日期	1/26(一)		1/27(二)		1/28(三)		1/29(四)			1/30(五)		
上午點心	翡 翠 銀 魚 羹		清 香 麵 線		黑 糖 饅 頭 漿		茶 葉 蛋 茶			杯 子 蛋 糕 奶		
午餐	嫩 煎 小 肉 片		香 煎 肉 質 魚		冬 瓜 滷 肉		鹹 酥 豆 雞			清 蒸 鮮 魚		
雙米飯	麻 婆 豆 腐		洋 蔥 炒 鮮 蛋		芹 香 三 鮮 絲		葫 瓜 節 鮮 芽			炒 黑 節 輪		
下午點心	季 節 鮮 蔬 湯 果		季 節 鮮 蔬 湯 果		季 節 菜 肉 絲		海 水 湯 果			山 藥 排 骨		
日期	1/3(一)		1/4(二)		1/5(三)		1/6(四)			1/7(五)		
上午點心	肉 羹 湯		肉 絲 麵 線		可 頌 麵 包 漿		毛 豆 豆 干 茶			小 牛 肉 包 奶		
午餐	京 醬 肉 絲		紅 燒 嫩 雞		肉 燥 乾 麵		白 蘿 蔔 燻 肉			香 煎 鯖 魚		
雙米飯	酥 炸 百 頁 腐		蔥 花 炒 豆		魯 香 菇 雞		塔 香 節 鮮			蛋 酥 滷 白		
下午點心	奶 皇 包 奶		古 早 味 豆 花		皮 蛋 瘦 肉 粥		雞 絲 麵			魷 魚 烘 麵		



吉瑞福幼兒園【115.1 營養餐點表-素食】

日期	★ 上午點心於 8:30 後開始供應，若寶貝來園時間較早，建議您先讓寶貝吃點早餐再來上學。				1/1(四)			1/2(五)				
上午點心	★ 所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。				元旦			蛋 花 素 水 餃				
午餐	★ 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，園方將公告於餐點布告欄。							軟 炸 素 香 腸				
雙米飯	★ 若幼生對某些食物過敏或不適合，請事先告知老師。							滷 季 節 阿 鮮 給 玉 水 米 蔬 湯 果				
下午點心	★ 「白米+ 少量糙米，幫助營養均衡、好消化」， 							什 錦 湯 麵				
日期	1/5(一)		1/6(二)		1/7(三)		1/8(四)			1/9(五)		
上午點心	麵 線 糊		蘿 蔔 糕		兔 子 壽 桃 漿		水 煮 瓜 蛋 茶			鮮 奶 饅 頭 奶		
午餐	香煎素花枝排 三杯杏鮑菇 季節鮮蔬湯 紫菜蛋花果		醬瓜滷素肉 紅蘿蔔炒鮮 季節鮮蔬湯 大補湯果		馬鈴薯燒素肉 芹香三絲 季節鮮蔬湯 榨菜素肉絲 水		三家杯素雞 季常豆腐 酸菜苣莧湯 水			台式滷素肉燥 玉米烘蛋 季節鮮蔬湯 素肉絲三鮮 水		
下午點心	蘿 宋 麵 包 牛 奶		紅 豆 薏 仁		蔬 菜 粥		古早味陽春麵			酸 辣 素 水 餃		
日期	1/12(一)		1/13(二)		1/14(三)		1/15(四)			1/16(五)		
上午點心	素 肉 羹 湯		素 肉 絲 麵 線		可 頌 麵 包 漿		毛 豆 豆 干 茶			小 素 肉 包 奶		
午餐	京醬素肉絲 酥炸百頁豆 季節鮮蔬湯 結頭菜果		紅燒嫩素雞 香芹炒豆干 季節鮮蔬湯 味噌湯果		素肉燥乾麵 魯香菇蛋湯 水		白蘿蔔燻素肉 塔香炒麵腸 季節鮮蔬湯 蔬菜菜果			香煎素魚 蛋酥滷白菜 季節鮮蔬湯 玉米米湯 水		
下午點心	奶 皇 包 牛 奶		古 早 味 豆 花		皮 蛋 素 肉 粥		素 雞 絲 麵			素 魷 魚 烘 麵		
日期	1/19(一)		1/20(二)		1/21(三)		1/22(四)			1/23(五)		
上午點心	奶 酥 麵 包 牛 奶		蛋 花 粥		玉 米 濃 湯		燕 麥 脆 片 牛 奶			鮮 奶 吐 司 漿		
午餐	酥 香 素 肉 片 麻婆豆腐 季節鮮蔬湯 美味鮮菇果		香 菇 素 肉 燥 紅 燒 豆 包 季 節 鮮 蔬 湯 冬 瓜 湯 果		宮 保 素 雞 丁 椒 鹽 甜 不 辣 季 節 鮮 蔬 湯 味 噌 豆 腐 果		香 滷 素 肉 片 菜 脯 煎 蛋 季 節 鮮 蔬 湯 黃 瓜 素 丸 果			台 式 打 拋 素 肉 燜 高 麗 菜 季 節 鮮 蔬 湯 蘿 蔔 素 丸 果		
下午點心	素 鴨 肉 麵 線		綠 豆 地 瓜 湯		烤 饅 頭 奶		鍋 燒 麵			蔬 菜 素 肉 粥		
日期	1/26(一)		1/27(二)		1/28(三)		1/29(四)			1/30(五)		
上午點心	翡 翠 羹		清 香 麵 線		黑 糖 饅 頭 漿		茶 葉 蛋 茶			杯 子 蛋 糕 奶		
午餐	香煎素肉片 麻婆豆腐 季節鮮蔬湯 青菜蛋花果		香煎素魚 紅蘿蔔炒鮮 季節鮮蔬湯 素鮑魚湯 水		冬 瓜 滷 素 肉 芹 香 三 絲 季 節 鮮 蔬 湯 牛 蒡 香 菇 果		素 鹹 酥 雞 葫 瓜 豆 皮 季 節 鮮 蔬 湯 海 帶 芽 湯 果			清 炒 蒸 素 魚 季 節 素 黑 輪 山 藥 鮮 蔬 湯 水 果		
下午點心	什 錦 粥		波 蘿 麵 包 奶		義 大 利 素 肉 醬 麵		水 煮 玉 米			關 東 煮		