



吉瑞福幼兒園【115.1 營養餐點表】



吉瑞福幼稚園【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 雙米 飯	★ 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 滷 季 玉 水 炸 素 阿 節 鮮 香 雞 腸 給 蔬 湯 果						
下午 點心	★ 若幼生對某些食物過敏或不適合，請事先告知老師。 ★ 「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 蔷 糕	兔 子 壽 桃 漿	水 冬 煮 瓜 蛋 茶	鮮 牛 奶 饅 頭 奶						
午餐 雙米 飯	香煎素花枝排 三杯杏鮑菇 季節鮮蔬 紫菜蛋花湯 水	醬瓜滷素肉 紅蘿蔔炒蛋 季節鮮蔬 大水	馬鈴薯燒素 芹香三鮮 季節鮮蔬 榨菜素肉絲	肉絲 素豆 素豆 肉絲 湯水	二家 杯常 季節 酸菜	素 豆 鮮 菜 蒟蒻	雞 腐 蔬 湯 果	台式 玉米 季節 素肉	滷素 米節 肉絲 水	肉 烘 鮮 三鮮	燥 蛋 蔬 湯 果
下午 點心	蘿牛宋麵 包奶	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	小牛素肉包奶						
午餐 雙米 飯	京醬素肉絲 酥炸百頁豆腐 季節頭菜 結水	紅燒嫩素豆 香芹炒豆干 季節鮮蔬 味水	素魯肉燥 香水	乾麵 蛋湯 果	白蘿蔔 塔香 季蔬 水	燻素 香炒 麵 節鮮 菜	肉 腸 蔬 湯 果	香 蛋 季 玉 水	煎 酥 滷 白 節 鮮 米	魚 菜 蔬 湯 果	
下午 點心	奶牛皇包奶	古早味豆花	皮蛋素肉粥	素雞絲麵	素魷魚焾麵						
日期	1/19(一)	1/20(二)	1/21(三)	1/22(四)	1/23(五)						
上午 點心	奶牛酥麵包 奶	蛋花粥	玉米濃湯	燕麥脆片牛奶	鮮豆奶吐司 漿						
午餐 雙米 飯	酥香素魚腐 季節鮮蔬 美味鮮菇 水	香菇素肉燥 紅燒豆包 季節鮮蔬 冬瓜水	宮保素雞丁 鹽甜不辣 季節鮮蔬 味噌豆腐水	香滷素肉 脯 季 黃瓜 水	片蛋 蔬 季 瓜 素丸	台式打高 燜季節 蘿蔔水	拋素 麗鮮 丸	肉 菜 蔬 湯 果			
下午 點心	素鴨肉麵線	綠豆地瓜湯	烤牛饅頭 麵	鍋燒	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	黑豆糖饅頭 漿	茶葉 蛋茶	杯子蛋 糕奶						
午餐 雙米 飯	香煎素肉片 季節青菜 婆豆花 水	香紅蘿蔔 季節素水	煎素魚蛋 炒蔬餛 鮮餉 湯果	冬瓜滷素 香季牛水 三鮮 香菇水	肉絲 葫蘆 素 海 蔬 湯 果	素 鹹 豆 季 海 帶 水	清炒 蒸素 季 山水	素 黑 鮮 藥	魚 輪 蔬 湯 果		
下午 點心	什錦粥	波牛蘿麵 包奶	義大利素肉醬麵	水煮玉米	關東煮						