**臺南市私立嘉藥幼兒園112學年度第1學期1月份餐點表**

| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午 餐 | 水果 | 下午點心 | 餐點類別檢核 | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 全榖雜糧類 | 豆魚蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1/1 | 一 | 元旦放假 | | | |  |  |  |  |
| 1/2 | 二 | 餅乾 | 糙米飯、茄汁魚柳(旗魚塊、鳳梨、高麗菜)、小黃瓜炒雞肉絲(小黃瓜、雞肉絲)、蔥蛋(蔥、雞蛋)、菜頭魚丸湯(菜頭、魚丸) | 橘子 | 桂圓紫米粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/3 | 三 | 穀片+牛奶 | 咖哩飯(豬肉、白飯、馬鈴薯、紅蘿蔔、花椰菜)、味噌湯(味噌、豆腐、海帶芽) | 柳丁 | 小籠湯包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/4 | 四 | 蘋果 | 白飯、烤小雞塊、炒油菜、醬燒豆腐(油豆腐、洋蔥、絞肉)、榨菜肉絲湯(榨菜、肉絲、金針菇) | 蘋果 | 油豆腐細粉 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/5 | 五 | 黑糖小饅頭 | 奶油白醬義大利麵(德國香腸、洋蔥、玉米、紅蘿蔔、青豆、花椰菜)、冬瓜排骨湯(冬瓜、排骨) | 柳丁 | 燒仙草+蜜八寶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/8 | 一 | 穀片+牛奶 | 肉燥湯麵(關廟麵、豬肉、滷蛋、香菇)+燙高麗菜 | 柳丁 | 雙色饅頭 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/9 | 二 | 餅乾 | 米飯、玉米滑雞丁(雞胸肉、玉米)、枸杞高麗菜(枸杞、高麗菜、薑絲)、花枝丸、豆腐青菜湯(豆腐、白菜) | 香蕉 | 珍珠丸子 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/10 | 三 | 穀片+牛奶 | 什錦炒麵(油麵、高麗菜、豬肉絲、香菇、紅蘿蔔絲、洋蔥)、紫菜蛋花湯(紫菜、雞蛋) | 蘋果 | 鮮肉包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/11 | 四 | 蘋果 | 紫米飯、滷翅小腿、芹菜炒豆干(豆干、芹菜)、炒波菜、海帶芽排骨湯(海帶芽、大骨) | 柳丁 | 牛奶燕麥粥 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/12 | 五 | 牛奶小饅頭 | 鮪魚蛋炒飯(鮪魚、洋蔥、白飯、高麗菜、雞蛋)、蕃茄蔬菜湯黃豆芽湯(蕃茄、黃豆芽、大骨) | 香蕉 | 乾拌麵線 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/15 | 一 | 穀片+牛奶 | 洋蔥壽喜燒燴飯(白晶菇、豬肉片、紅蘿蔔、洋蔥、柴魚片、甜醬油) 蔬菜湯(高麗菜、木耳、紅蘿蔔、大骨) | 柳丁 | 關東煮 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/16 | 二 | 餅乾 | 米飯、蔥爆肉絲(洋蔥、蒜、蔥、豬肉絲)、玉米炒蛋(玉米、雞蛋)、炒青江菜(青江菜、薑絲)、金針菇排骨湯(金針菇、大骨) | 橘子 | 烤地瓜 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/17 | 三 | 穀片+牛奶 | 南瓜什錦米粉(南瓜、豬肉、高麗菜、香菇、米粉)、大黃瓜魚板湯(豆薯、雞蛋) | 蘋果 | 奶皇包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/18 | 四 | 蘋果 | 五穀米、清蒸魚片、滷油豆腐、炒高麗菜、排骨皇帝豆湯 (排骨、皇帝豆) | 香蕉 | 銀耳紅棗湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/19 | 五 | 黑糖小饅頭 | 皮蛋瘦肉粥(豬肉、皮蛋、雞蛋、高麗菜) | 香蕉 | 葡萄吐司 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/22 | 一 | 穀片+牛奶 | 土魠魚羹麵(土魠魚塊、筍絲、高麗菜、關廟麵)、西瓜 | 柳丁 | 紅豆薏仁湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/23 | 二 | 餅乾 | 紫米飯、黑胡椒豬柳(豬肉片、洋蔥)、日式蒸蛋(雞蛋、柴魚)、蒜香高麗菜(蒜頭、高麗菜)、大白菜排骨湯(大白菜、大骨) | 橘子 | 洋菜凍 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/24 | 三 | 穀片+牛奶 | 素當歸麵線(麵線、豆輪、高麗菜、當歸) | 柳丁 | 黑糖捲 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/25 | 四 | 蘋果 | 五穀米飯、紅燒排骨(豬肉、洋蔥、鳳梨丁)、炒青江菜(青江菜)、毛豆炒豆干(毛豆、豆干)、金針肉絲湯(金針菇、豬肉絲、大骨) | 柳丁 | 肉圓 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/26 | 五 | 水煮蛋 | 芋頭鹹粥(芋頭、肉絲、香菇、高麗菜、紅蘿蔔) | 香蕉 | 蘿蔔糕湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/29 | 一 | 穀片+牛奶 | 鍋燒意麵(意麵、豬肉片、高麗菜、黃金魚蛋) | 橘子 | 芝麻包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/30 | 二 | 餅乾 | 白飯、糖醋鳳梨雞丁(雞胸肉、鳳梨、洋蔥、番茄)、玉米炒蛋(雞蛋、玉米)、炒豆芽菜(豆芽菜、韭菜、蒜頭)、白菜菇菇湯(大白菜、鴻喜菇、雪白菇) | 蘋果 | 餛飩湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/31 | 三 | 穀片+牛奶 | 翡翠肉絲蛋炒飯(青江菜、雞蛋、豬肉絲、洋蔥、青豆)、青菜貢丸湯(青菜、貢丸) | 香蕉 | 小餐包 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

◎本園一律使用「國產豬肉食材」。

◎每日餐點均含穀物類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主。

◎菜單內有容易引起過敏的食材、花生、牛奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類等 製品，如孩子有對其過敏，請告知班級老師進行餐點調整。

承辦人： 園長/負責人：