



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義市私立仁愛幼兒園



115 年 2 月幼生餐點計畫

| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
|--------|--|----------------------------|--------|---|
| 2/2 一 | 地瓜粥、散蛋 | 白飯、蠔油雞腿、青翠時蔬、冬瓜蛤蜊湯、時令水果 | 仙草凍 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/3 二 | 高麗菜肉茸粥 | 白飯、香菇肉燥、青翠時蔬、番茄蛋花湯、時令水果 | 肉燥陽春麵 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/4 三 | 茄汁鯖魚米粉湯 | 咖哩飯、紫菜蛋花湯、時令水果 | 冬瓜珍珠 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/5 四 | 鮮蔬雞絲麵 | 五穀米飯、和風燒肉、青翠時蔬、豚骨大頭湯、時令水果 | 菜頭粿湯 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/6 五 | 鮮奶饅頭、豆漿 | 白飯、蒜香吻仔魚、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯、時令水果 | 奶香西米露 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 2/9 一 | 清粥、玉米蛋、豆漿 | 白飯、洋芋燒雞、青翠時蔬、大頭菜湯、時令水果 | 紅豆湯圓 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/10 二 | 貢丸麵線 | 白飯、筍干滷肉、青翠時蔬、味噌湯、時令水果 | 綠豆薏仁 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/11 三 | 奶香玉米通心麵 | 水餃、酸辣湯、時令水果 | 蔬菜滑粥 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/12 四 | 鮮奶吐司、麥茶 | 團圓火鍋、時令水果 | 冬瓜洋菜凍 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/13 五 | 鍋燒意麵 | 鮮蔬義大利麵、玉米濃湯、時令水果 | 紅豆紫米牛奶 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 2/16 一 |  春節連續假期 | | | <input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/17 二 | | | | <input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/18 三 | | | | <input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/19 四 | | | | <input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/20 五 | | | | <input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 日 期 | 早 餐 | 午 餐 | 點 心 | 自 我 檢 核 |
| 2/23 一 | 地瓜粥、蔥蛋 | 白飯、椒鹽雞塊、青翠時蔬、雙色蘿蔔湯、時令水果 | 日式關東煮 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/24 二 | 味噌拉麵 | 白飯、小魚乾豆干、青翠時蔬、肉骨茶湯、時令水果 | 大滷麵 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/25 三 | 枸杞養生粥 | 台式炒米粉、大黃瓜丸子湯、時令水果 | 地瓜綠豆湯 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/26 四 | 小餐包、麥茶 | 五穀米飯、白蘿蔔燒肉、青翠時蔬、養生菇菇湯、時令水果 | 番薯芋圓湯 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 |
| 2/27 五 | | 和平紀念日補假一日 | | <input type="checkbox"/> 全穀雜糧類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類 |

- 本園一律採用國產豬肉食材。每日午餐飯後皆備有當季水果。
- 當月餐點表於月初另行發給家長，並公告於網站中。
- 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。
- 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將作適當修改。
- 本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合、對其過敏體質食用者，請告知班導師。

