



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義市私立仁愛幼兒園



114 年 2 月幼生餐點計畫

日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
2/3 一	茄汁鯖魚米粉湯	白飯、椒鹽雞塊、青翠時蔬、肉骨茶湯、時令水果	綠豆薏仁湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/4 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	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/5 三	地瓜粥、散蛋	鮮蔬義大利麵、玉米濃湯、時令水果	奶香西米露	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/6 四	鮮蔬雞絲麵	五穀米飯、和風燒肉、青翠時蔬、四神湯、時令水果	蔬菜雞蓉粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/7 五	小餐包、麥茶	白飯、照燒雞、青翠時蔬、蘿蔔大骨湯、時令水果	海鮮鍋燒意麵	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/8 六	翡翠魷仔魚粥	咖哩飯、養生菇菇雞湯、時令水果	洋菜凍	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
2/10 一	奶香玉米通心麵	白飯、洋芋燒雞、青翠時蔬、大頭菜湯、時令水果	蔬菜滑粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/11 二	貢丸麵線	白飯、筍干滷肉、青翠時蔬、薑絲豬肝湯、時令水果	小米甜粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/12 三	清粥、蔥蛋、豆漿	白飯、五香鹹豬肉、青翠時蔬、芹菜貢丸湯、時令水果	紅豆湯圓	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/13 四	大滷麵	五穀米飯、京醬肉絲、青翠時蔬、玉米排骨湯、時令水果	雞肉冬粉	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/14 五	銀絲卷、豆漿	白飯、滷味拼盤、青翠時蔬、素當歸湯、時令水果	紅豆紫米牛奶	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
2/17 一	枸杞肉粥	白飯、彩椒雞丁、青翠時蔬、蚵仔湯、時令水果	冬瓜珍珠	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/18 二	番茄蛋花湯餃	白飯、糖醋排骨、青翠時蔬、五行蔬菜湯、時令水果	古早味擔仔麵	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/19 三	地瓜粥、散蛋	白飯、蒜泥白肉、青翠時蔬、紫菜蛋花湯、時令水果	八寶粥	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/20 四	皮蛋瘦肉粥	五穀米飯、筍干滷肉、青翠時蔬、冬瓜香菇湯、時令水果	日式關東煮	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/21 五	牛奶燕麥片	白飯、香煎鯖魚、青翠時蔬、海帶芽湯、時令水果	黑糖粉圓	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
日 期	早 餐	午 餐	點 心	自 我 檢 核
2/24 一	蔬菜滑粥	白飯、油蔥雞、青翠時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	鮮蔬雞蛋麵	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/25 二	日式拉麵	鮮蔬燴飯、玉米大骨湯、時令水果 (大班畢業旅行)	菜頭粿湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/26 三	清粥、紅蘿蔔炒蛋	什錦炒麵、青菜豆腐湯、時令水果 (大班畢業旅行)	地瓜綠豆湯	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/27 四	葡萄吐司、豆漿	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	☒ 全穀根莖類 ☒ 水果類 ☒ 豆魚蛋肉類 ☒ 蔬菜類
2/28 五		和平紀念日放假一天		☐ 全穀根莖類 ☐ 水果類 ☐ 豆魚蛋肉類 ☐ 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。

