**臺南市立人幼兒園113學年度第二學期1月份餐點表**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日  期  星  期 | 早點  (水果) | 午餐 | 湯品 | 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 |
| 1/2  (四) | 蓮霧 | 白飯  古早味肉燥(豬絞肉、豆干)  醬炒洋蔥五花肉(五花肉、洋蔥、黑輪)  炒杏鮑菇青江菜(杏鮑菇、青江菜) | 味噌豆腐白菜湯 | 小波蘿麵包  菊花茶 | v | v | v | v |
| 1/3  (五) | 芭樂 | 皮蛋瘦肉粥  (皮蛋、胡蘿蔔、玉米粒、豬絞肉、芹菜、香菇) |  | 紅豆牛奶 | v | v | v | v |
| 1/6  (一) | 柳丁 | 芋頭粥  (芋頭、豬絞肉、香菇、豆皮、蝦米、蔥花) |  | 生日蛋糕  牛奶 | v | v | v | v |
| 1/7  (二) | 蓮霧 | 咖哩雞肉炒飯  (咖哩、雞肉、蛋、高麗菜、洋蔥、玉米、胡蘿蔔、毛豆) | 冬瓜蛤蜊湯 | 翡翠魩仔魚羹  (翡翠、魩仔魚、蛋) | v | v | v | v |
| 1/8  (三) | 柳丁 | 關廟麵  (雞肉、麵、魚丸、白菜、胡蘿蔔、香菇、魚卵捲) |  | 蘿蔔糕湯  (蘿蔔糕、白菜、油蔥酥) | v | v | v | v |
| 1/9  (四) | 芭樂 | 雜糧飯  滷豆乾海帶(豆乾、海帶)  糖醋雞肉球  炒青江菜魩仔魚(青江菜、魩仔魚) | 味噌雕魚湯 | 起司麵包  牛奶 | v | v | v | v |
| 1/10  (五) | 蘋果 | 南瓜飯  (南瓜、豬絞肉、香菇、蝦米、油蔥酥) | 海菜蛋花湯 | 關東煮  (黑輪、米血、菜頭) | v | v | v | v |
| 1/13  (一) | 柳丁 | 廣東粥  (豬絞肉、豬絞肉、芹菜、玉米粒、香菇、油條) |  | 豆花 | v | v | v | v |
| 1/14  (二) | 芭樂 | 白飯  滷冬瓜肉燥  (豬絞肉、冬瓜、鳥蛋、胡蘿蔔、油豆腐、貢丸) | 味噌雕魚豆腐湯 | 蛋餅  牛奶 | v | v | v | v |
| 1/15  (三) | 蓮霧 | 什錦拉麵  (香菇、魚丸、豬肉絲、魚板、胡蘿蔔、白菜) |  | 酸辣湯  (豆腐、胡蘿蔔、木耳、筍絲、蛋) | v | v | v | v |
| 1/24  (五) | 蘋果 | 南瓜粥  (南瓜、豬絞肉、香菇、蝦米、豆皮、蔥花) |  | 餛飩湯  (餛飩、統一肉燥、白菜) | v | v | v | v |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日  期  星  期 | 早點  (水果) | 午餐 | 湯品 | 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 |
| 1/16  (四) | 芭樂 | 香鬆飯(白米、海苔香鬆)  滷肉燥(油豆腐、豬絞肉、蛋)  炒鮮菇小松菜(鮮菇、小松菜) | 味噌海帶芽湯 | 紅豆湯圓 | v | v | v | v |
| 1/17  (五) | 蘋果 | 山藥蔬菜粥  (胡蘿蔔、豬絞肉、山藥、玉米、鴻喜菇、皮蛋、芥藍菜) |  | 果醬吐司  牛奶 | v | v | v | v |
| 1/20  (一) | 柳丁 | 蔬菜鯛魚粥  (鯛魚、洋蔥、蛋、豬絞肉、馬鈴薯、胡蘿蔔、小松菜) |  | 南瓜麵  (南瓜、豬絞肉、香菇、胡蘿蔔、蔥花) | v | v | v | v |
| 1/21  (二) | 蓮霧 | 三色魩仔魚炒飯  (胡蘿蔔、青豆、玉米粒、豬絞肉、蛋、魩仔魚) | 白菜豆腐湯 | 蘋果麵包  牛奶 | v | v | v | v |
| 1/22  (三) | 柳丁 | 茄汁魚湯麵  (香菇、胡蘿蔔、虱目魚丸、魚罐頭、韭菜) |  | 鮮肉包  菊花茶 | v | v | v | v |
| 1/23  (四) | 蓮霧 | 白飯  滷瓜仔雞(醬瓜、雞肉、麵輪)  香煎海菜蛋(海菜、蛋)  炒高麗菜(高麗菜、胡蘿蔔、木耳) | 魩仔魚豆腐湯 | 綠豆薏仁 | v | v | v | v |

※餐點食材含水果，若遇原物料缺貨或其他因素將以其他餐點取代，並公告於園所廚房。

※若寶貝對某些食物過敏或不適食用，請予以事先告知班導師，謝謝！

(易引起過敏的食物如：甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品)

**本園所一律使用國產豬牛肉食材**