

臺南市私立第一堡幼兒園 113 學期 2 月份餐點計畫表

日期	星期	上午點心	午 餐	季節水果	下午點心	全穀雜糧類	豆蛋魚肉類	蔬菜類	水果類
3	一	營養湯麵: 關廟麵. 小白菜. 肉燥	白飯: 白米 肉丁魯馬鈴薯: 豬肉. 馬鈴薯 青菜: 高麗菜. 紅蘿蔔 排骨金針湯: 排骨. 金針	蘋果	薏仁湯	V	V	V	V
4	二	黑糖饅頭 牛奶	什錦烏龍麵: 烏龍麵. 肉絲. 小白菜. 香菇. 蛋	芭樂	滑溜愛玉	V	V	V	V
5	三	元氣餛飩湯: 餛飩. 小白菜	白飯: 白米 紅蘿蔔炒蛋: 紅蘿蔔. 蛋 青菜: 油菜 當歸湯: 當歸. 素肉	香蕉	養生茶: 桂圓 杯子蛋糕	V	V	V	V
6	四	香甜玉米濃湯: 玉米. 奶油. 蛋	白飯: 白米 花生肉燥: 豬腳肉. 花生 青菜: 高麗菜. 紅蘿蔔 鮮魚湯: 虱目魚肉. 薑絲	茂谷	米粉湯: 米粉. 豆芽. 韭菜. 肉燥	V	V	V	V
7	五	白吐司 米漿	炒飯: 白米. 肉絲. 洋蔥. 雞蛋. 三色豆 貢丸湯: 貢丸. 芹菜	番茄	吻仔魚粥: 白米. 吻仔魚	V	V	V	V
8	六	板條湯: 板條. 豆菜. 韭菜. 肉燥	義大利麵: 麵條. 絞肉. 洋蔥. 番茄. 三色豆 香菇雞肉湯: 香菇. 肌肉	奇異果	肉絲冬粉湯: 肉絲. 冬粉	V	V	V	V
10	一	香甜玉米濃湯: 玉米. 奶油. 蛋	白飯: 白米 豆干炒肉絲: 豆干. 豬肉 青菜: 高麗菜. 紅蘿蔔 魚丸湯: 魚丸. 芹菜	芭樂	綠豆湯	V	V	V	V
11	二	麵包 米漿	炒麵: 麵條. 肉絲. 洋蔥. 木耳絲. 紅蘿蔔. 豆芽 排骨蘿蔔絲: 排骨. 白蘿蔔	香蕉	仙草蜜	V	V	V	V
12	三	營養麵湯: 烏龍麵. 小白菜. 肉燥	清粥小菜: 白米 炒蛋: 蔥. 雞蛋 青菜: 高麗菜. 紅蘿蔔	蘋果	養生茶: 紅棗. 枸杞 小餐包	V	V	V	V
13	四	朝氣麵線: 麵線. 麻油. 雞蛋	白飯: 白米 肉丁魯麵輪: 豬肉. 麵輪 青菜: 油菜 豆薯蛋花湯: 豆薯. 雞蛋	柳丁	肉絲冬粉: 肉絲. 冬粉	V	V	V	V
14	五	可口脆片 牛奶	漢堡: 漢堡麵包 豬肉片. 小黃瓜. 雞蛋 味噌湯: 味噌. 海帶芽	番茄	米粉湯: 米粉. 豆菜. 韭菜. 肉燥	V	V	V	V
17	一	鍋燒雞絲麵: 雞絲麵. 小白菜. 雞蛋	白飯: 白米 麻婆豆腐: 豬絞肉. 豆腐 青菜: 高麗菜. 紅蘿蔔 排骨玉米湯: 排骨. 玉米	茂谷	紅豆湯	V	V	V	V
18	二	雞蛋饅頭 牛奶	香菇肉絲湯麵: 香菇. 肉絲. 關廟麵. 小白菜. 雞蛋	蘋果	滑溜愛玉	V	V	V	V
19	三	香甜玉米濃湯: 玉米. 奶油. 蛋	擔仔乾麵: 麵條. 烏蛋. 絞肉. 紅蘿蔔. 豆芽 鮮魚湯: 虱目魚肉. 薑絲	芭樂	養生茶: 桂圓 雞蛋捲	V	V	V	V

20	四	粿仔條:板條. 豆芽. 韭菜. 肉燥	白飯:白米 豆干滷海帶:豆干. 海帶 青菜:高麗菜. 紅蘿蔔 味噌湯:味噌. 豆腐	鳳梨	關東煮:白蘿蔔. 黑輪. 貢丸	V	V	V	V
21	五	全麥麵包 豆漿	白飯:白米 肉燥油豆腐:豬絞肉. 油豆腐 青菜:大陸妹 金針肉絲湯:金針. 肉絲	香蕉	南瓜粥: 白米. 南瓜	V	V	V	V
24	一	朝氣麵線:麵線. 絲瓜 麻油	白飯:白米 肉丁魯海帶:豬肉. 海帶 青菜:高麗菜. 紅蘿蔔 排骨竹筍湯:排骨. 竹筍	番茄	芋頭西米露	V	V	V	V
25	二	麵包 牛奶	營養鹹粥:白米. 豬肉絲. 香菇. 高麗菜	橘子	繽紛粉圓湯	V	V	V	V
26	三	元氣餛飩湯: 餛飩. 小白菜	大滷麵:麵條. 肉羹. 高麗菜. 紅蘿蔔. 木耳絲	蘋果	養生茶: 紅棗. 枸杞 小餐包	V	V	V	V
27	四	白吐司 米漿	水餃:高麗菜水餃 紫菜蛋花湯:紫菜. 雞蛋	奇異果	蘿蔔糕湯: 白蘿蔔. 豆菜. 韭菜. 肉燥	V	V	V	V
28	五	和平紀念日放假一天							

若遇到園方活動、節慶日，以當日活動、節慶日點心為準。



臺南市私立第一堡幼兒園 114.1 製