

三 德 幼 兒 園 一 月 份 營 養 餐 點 表 112.1.1-112.1.31

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心
2	一		1/1-1/2 元旦連續假期	
3	二	皮蛋瘦肉粥	紅燒肉、玉米炒蛋、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	綠豆湯
4	三	芋頭米粉	咖哩雞肉、肉末三色、時令青菜、三絲丸湯、季節水果	肉羹麵
5	四	饅頭、豆漿	香菇肉燥、木耳白菜、時令青菜、貢丸湯、季節水果	水煮蛋、麥茶
6	五	冬粉湯	三杯雞、毛豆豆干、時令青菜、黃瓜大骨湯、季節水果	五穀粥
7	六	陽春麵	青椒肉絲、洋蔥炒蛋、時令青菜、 味噌豆腐湯、季節水果	紅豆薏仁
9	一	大滷麵	洋芋雞丁、番茄炒蛋、時令青菜、蓮藕湯、季節水果	鹹粥
10	二	冬粉湯	青椒肉絲、螞蟻上樹、時令青菜、 蘿蔔貢丸湯、季節水果	黑糖粉條
11	三	清粥小菜	醬燒雞丁、魚板黃瓜、時令青菜、玉米湯、季節水果	榨菜肉絲麵
12	四	吐司、牛奶	茄汁肉片、蒜香海帶絲、時令青菜、 青菜蛋花湯、季節水果	紅豆湯
13	五	雞絲麵	洋蔥雞柳、滷麵輪、時令青菜、玉米大骨湯、季節水果	肉燥河粉
16	一	糙米粥	花瓜肉燥、洋蔥炒蛋、時令青菜、蔬菜湯、季節水果	什錦烏龍麵
17	二	鹹米苔目	滷小雞腿、涼拌黃瓜、時令青菜、餛飩湯、季節水果	小湯圓甜湯
18	三	小籠包 米漿	紅燒肉塊、菇燒烤麩、時令青菜、 海帶結大骨湯、季節水果	客家板條
19	四	廣東粥	三杯雞丁、芹菜豆干、時令青菜、 玉米蘿蔔湯、季節水果	地瓜麥片湯
20	五		1/20-1/29 春節連續假期	
23	一		1/20-1/29 春節連續假期	
24	二		1/20-1/29 春節連續假期	
25	三		1/20-1/29 春節連續假期	
26	四		1/20-1/29 春節連續假期	
27	五		1/20-1/29 春節連續假期	
30	一	玉米肉粥	三色雞丁、洋蔥炒蛋、時令青菜、三絲丸湯、季節水果	紅豆湯
31	二	魚丸冬粉	茄汁肉片、開陽白菜、時令青菜、 味噌豆腐湯、季節水果	烏龍湯麵

- ☺ 每日餐點菜餚均以少油低鹽低糖為烹調原則。
- ☺ 蔬果以當令食材為主，會依需要調整，養成寶貝均衡飲食的習慣，就從不挑食開始。
- ☺ 本園食用的肉品、水果皆是國產食材。
- ☺ 餐點菜餚配合時令，如遇時令菜、颱風、或廚師請假時，菜單會有所變動。