

基隆市立安心幼兒園 111 年一月午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬 菜	水 果
3	一	雙色饅頭/香醇牛奶	奶油義大利麵		雪菜干丁	季節鮮蔬	髮菜羹湯	時令水果	關東煮	◆	◆	◆	◆
4	二	菠菜瘦肉粥	地瓜飯	栗子燉雞	韭菜炒甜條	季節鮮蔬	黃豆芽排骨湯	時令水果	燒賣	◆	◆	◆	◆
5	三	大滷麵	燕麥飯	紅麴肉片	薑燒冬瓜	季節鮮蔬	山藥湯	時令水果	蔥油餅	◆	◆	◆	◆
6	四	小餐包/豆漿	芝麻飯	咖哩雞肉	紅蘿蔔炒蛋	季節鮮蔬	榨菜肉絲湯	時令水果	魚丸湯	◆	◆	◆	◆
7	五	慶生蛋糕/枸杞茶	薏仁飯	糖醋魚柳	黑木耳炒豆薯	季節鮮蔬	青木瓜大骨湯	時令水果	奶酪	◆	◆	◆	◆
10	一	小菜包/香醇牛奶	滑蛋素燴飯		醬燒麵腸	季節鮮蔬	番茄蔬菜湯	時令水果	蘿蔔糕湯	◆	◆	◆	◆
11	二	台式碎脯粥	紫米飯	粉蒸排骨	滷鵪鶉蛋	季節鮮蔬	南瓜湯	時令水果	香 Q 玉米	◆	◆	◆	◆
12	三	擔仔湯麵	糙米飯	紅燒雞丁	榨菜炒豆干絲	季節鮮蔬	味噌小魚湯	時令水果	刈包	◆	◆	◆	◆
13	四	虎皮蛋糕/柚子茶	蕎麥飯	和風燒肉	芙蓉蒸蛋	季節鮮蔬	蓮子薏仁湯	時令水果	蔬菜湯餃	◆	◆	◆	◆
14	五	肉羹湯	胚芽飯	清蒸鯛魚	黃瓜炒貢丸	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	香甜布丁	◆	◆	◆	◆
17	一	奶皇包/糙米漿	親子丼		紅燒麵輪	季節鮮蔬	花瓜鮮菇湯	時令水果	筍絲素肉圓	◆	◆	◆	◆
18	二	魚片粥	燕麥飯	醬炒肉片	筴白筍炒肉絲	季節鮮蔬	青菜豆腐湯	時令水果	客家板條湯	◆	◆	◆	◆
19	三	高麗菜湯麵	糙米飯	彩椒雞肉	木耳炒魚丸	季節鮮蔬	時蔬馬鈴薯湯	時令水果	薑汁豆花	◆	◆	◆	◆
20	四	大麵炒	蕎麥飯	百頁燒肉	菜圃蛋	季節鮮蔬	木需肉絲湯	時令水果	菠蘿麵包/麥茶	◆	◆	◆	◆

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。

※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。

※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※本園使用國產豬肉食材