

新中華文藻幼兒園 幼兒餐點表【112年01月】

| 第一週 | 1/2(一) | 熱量(kcal) | 1/3(二) | 熱量(kcal) | 1/4(三) | 熱量(kcal) | 1/5(四) | 熱量(kcal) | 1/6(五) | 熱量(kcal) |
|--------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 早餐 | | | 蔬菜麵線 | 127 | 鮪魚土司 牛奶 | 147 | 黑糖小饅頭 牛奶 | 125 | 蘿蔔糕湯 | 108 |
| 午餐 | 元旦放假 | | (營養糙米飯) 麻婆豆腐 鮮蔬甜條 季節時蔬 蘿蔔雞湯 四季水果 | 428 | (香Q白米飯) 蔥爆豬柳 芹香豆皮 季節時蔬 鮮筍珍菇湯 四季水果 | 437 | (日式親子丼飯) 味噌海芽湯 四季水果 | 436 | (營養糙米飯) 瓜仔雞 合菜蛋絲 季節時蔬 黃金玉米湯 四季水果 | 439 |
| 點心 | | | 甜薯紅豆湯 | 162 | 鮮蔬粿仔條 | 143 | 芋頭米粉湯 | 156 | 吻仔魚粥 | 140 |
| 餐點類別檢核 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 |
| 第二週 | 1/9(一) | 熱量(kcal) | 1/10(二) | 熱量(kcal) | 1/11(三) | 熱量(kcal) | 1/12(四) | 熱量(kcal) | 1/13(五) | 熱量(kcal) |
| 早餐 | 滑蛋麵線 | 125 | 起士三明治 牛奶 | 147 | 銀絲捲 牛奶 | 128 | 草莓土司 牛奶 | 117 | 芋頭小饅頭 牛奶 | 136 |
| 午餐 | (營養糙米飯) 蘿蔔滷豆輪 彩絲銀芽 季節時蔬 青菜豆腐湯 四季水果 | 421 | (吻仔魚炒飯) 綜合蔬菜湯 四季水果 | 390 | (養生紫米飯) 冬瓜控肉 洋蔥炒紅蔘 季節時蔬 什錦金針湯 四季水果 | 433 | (營養糙米飯) 毛豆肉茸 鮮菇百燴 季節時蔬 木須肉絲湯 四季水果 | 435 | (香Q白米飯) 白玉炒肉絲 青豆燴蛋 季節時蔬 冬瓜大股湯 四季水果 | 425 |
| 點心 | 綠豆湯 | 100 | 鍋燒烏龍麵 | 167 | 美味關東煮 | 163 | 香菇肉末粥 | 176 | 肉絲什錦麵 | 152 |
| 餐點類別檢核 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 |
| 第三週 | 1/16(一) | 熱量(kcal) | 1/17(二) | 熱量(kcal) | 1/18(三) | 熱量(kcal) | 1/19(四) | 熱量(kcal) | 1/20(五) | 熱量(kcal) |
| 早餐 | 蔬菜麵線 | 127 | 鮪魚土司 牛奶 | 147 | 蘿蔔糕湯 | 108 | 奶油小餐包 牛奶 | 97 | | |
| 午餐 | (營養糙米飯) 番茄炒蛋 爆三香 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果 | 426 | (養生紫米飯) 肉末杏鮑菇 什錦炒肉羹 季節時蔬 牛蒡雞湯 四季水果 | 431 | (咖哩雞肉飯) 紫菜蛋花湯 四季水果 | 425 | 全園大圍爐 | | 春節假期 | |
| 點心 | 紅豆湯圓 | 151 | 肉燥擔仔麵 | 145 | 雞蓉玉米粥 | 144 | 小饅頭+果汁 | 142 | | |
| 餐點類別檢核 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 |
| 第四週 | 1/23(一) | 熱量(kcal) | 1/24(二) | 熱量(kcal) | 1/25(三) | 熱量(kcal) | 1/26(四) | 熱量(kcal) | 1/27(五) | 熱量(kcal) |
| 早餐 | | | | | | | | | | |
| 午餐 | 春節假期 | | 春節假期 | | 春節假期 | | 春節假期 | | 春節假期 | |
| 點心 | | | | | | | | | | |
| 餐點類別檢核 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 |
| 第五週 | 1/30(一) | 熱量(kcal) | 1/31(二) | 熱量(kcal) | | 熱量(kcal) | | 熱量(kcal) | 1/7(六) | 熱量(kcal) |
| 早餐 | 滑蛋麵線 | 125 | 草莓土司 牛奶 | 117 | | | | | 鮮奶小饅頭 牛奶 | 139 |
| 午餐 | (什錦炒飯) 青菜蛋花湯 四季水果 | 426 | (香Q白米飯) 鮮蔬炒肉絲 塔香茄子 季節時蔬 青木瓜雞湯 四季水果 | 449 | | | | | (什錦肉羹燴飯) 四季水果 | 457 |
| 點心 | 綠豆粥 | 113 | 魚丸米粉湯 | 152 | | | | | 肉燥擔仔麵 | 145 |
| 餐點類別檢核 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 | <input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚肉蛋類 | <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 |

※食材選用優質健康的國產生鮮豬肉及雞肉

※水果時蔬會因季節性或連續假期做些微調整,每天餐點拍照公告於本園官網,請家長上網了解