

宜蘭縣育才非營利幼兒園(委託社團法人宜蘭縣蘭陽幼兒教保事業發展協會辦理)

114年 1月 餐點表

日期	上午點心	午餐						下午點心
		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	湯品	水果類		
2	紅豆吐司、鮮奶	糙米飯	油香雞腿	當季蔬菜	薑絲冬瓜湯	當季水果	虱目魚粥	
3	廣東粥	白米飯	蔥爆鯛魚片	當季蔬菜	玉米魚丸湯	當季水果	小籠包、無花果茶	
6	麻油香菇麵線	五穀飯	日式筑前煮	當季蔬菜	味噌海帶芽豆腐湯	當季水果	古早味炒米粉	
7	奶皇包、牛奶	紫米飯	家帝豆輪酒豬肉	當季蔬菜	紫菜蛋花湯	當季水果	蔥抓餅、麥茶	
8	日式蔥燒豬肉蕎麥麵		香菇赤肉羹飯			當季水果	杯子蛋糕、柚子茶	
9	黑糖小饅頭、鮮奶	藜麥飯	樹子蒸大比目魚	當季蔬菜	佛手瓜瘦肉湯	當季水果	八寶飯	
10	青菜餛飩湯	紅糙米飯	蔥燒豬肉	當季蔬菜	蘿蔔蔥雞湯	當季水果	紅豆紫米湯	
13	蛋餅、米麩	芝麻海苔飯	蘆筍炒雞肉	當季蔬菜	竹筍蓮藕冬菇湯	當季水果	養生金桔雪梨湯	
14	銀絲卷、鮮奶	白米飯	紅燒獅子頭	當季蔬菜	芥菜雞魚湯	當季水果	菜頭粿	
15	育才平安粥		水餃		干貝海鮮羹	當季水果	脆皮年糕、玄米茶	
16	芝麻鮮奶饅頭、豆漿	糙米飯	糖醋魚	當季蔬菜	老菜脯蛤蠣雞湯	當季水果	櫻花蝦油飯	
17	客家蘿蔔糕湯	五穀飯		酸菜白肉鍋			黑糖發糕、牛奶	
20								
21								
22								
23								
24								
27								
28								
29								
30								
31								

停托日

春節連假

◎本園餐點使用國產豬肉、牛肉食材，餐點內容以當季食材為主，如遇偶發事件或因應時令季節因素而有異動時，敬請見諒！

◎依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、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，不適合對其過敏者食用。餐點內容若有幼兒不適合者，請在入園時或在聯絡本中告知老師，謝謝。

