

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)

115年2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		湯品	蔬菜類		水果類	
2	一	紫菜餛飩湯	紅糙米飯	檸檬椒鹽鯛魚片	金沙南瓜	長年菜排骨湯	當季蔬菜	當季水果	地瓜紅豆紫米粥
3	二	奶酥吐司、鮮奶	海苔芝麻飯	蒜泥白肉	三杯豆包杏鮑菇	冬瓜蘑菇豆腐湯	當季蔬菜	當季水果	鍋燒雞絲麵
4	三	菠菜吻仔魚粥	水餃		玉米濃湯	當季蔬菜	當季水果	杯子蛋糕、香柚茶	
5	四	奶皇包、牛奶	燕麥飯	糖醋雞丁	四季豆煨炒豆干絲	海菜魚丸湯	當季蔬菜	當季水果	古早味米糕
6	五	蛋餅、黑豆漿	胚芽米飯	肉絲炒菜心	紅蘿蔔蒸蛋	蒜頭蛤蜊雞湯	當季蔬菜	當季水果	小熱狗捲、桑葉茶
9	一	蒸地瓜、牛奶	白飯	蒼蠅頭	皇帝豆燴雙菇	海帶芽味噌湯	當季蔬菜	當季水果	黑糖糕、玄米茶
10	二	水果穀片、鮮奶	五穀飯	地中海烤魚	豆皮金針菇煎餅	刈菜雞湯	當季蔬菜	當季水果	客家板條湯
11	三	五行南瓜小米粥	地瓜飯	冬瓜滷肉	滑蛋菇菇娃娃菜	紫菜蛋花湯	當季蔬菜	當季水果	煎甜年糕、薰衣草茶
12	四	水煮玉米、豆漿	藜麥飯	照燒小雞腿	蟹肉棒蒸豆腐	蘿蔔排骨湯	當季蔬菜	當季水果	鮮蔬鮭魚粥
13	五	什錦蘿蔔糕湯	長壽麵	圍爐			當季水果	★ 發糕、金棗茶	
16	一	2/16~2/20 春節連假							
17	二								
18	三								
19	四								
20	五								
23	一	五彩鮮蔬冬粉湯	海苔芝麻飯	清蒸扁鱈	毛豆炒玉米	蓮藕排骨湯	當季蔬菜	當季水果	黑糖花生豆花
24	二	銀絲卷、鮮奶	紅糙米飯	蔥油爛雞	炒三絲	酸菜魚片湯	當季蔬菜	當季水果	蘿蔔絲餅、決明子茶
25	三	平安粥	番茄肉醬義大利麵		南瓜馬鈴薯濃湯	當季蔬菜	當季水果	布丁蛋糕、洛神花茶	
26	四	鮭魚吐司、牛奶	燕麥飯	醬燒里肌肉	小黃瓜煎蛋	麻油雞湯	當季蔬菜	當季水果	香菇竹筍赤肉羹
27	五	228和平紀念 補放假一天							

◎本園餐點使用國產豬肉，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。



餐點承辦人：

廚工：

園長：