



臺北市麗山國民小學附設幼兒園

113 年 1 月份餐點計畫食譜



日期	上午點心	午餐					下午點心
		主食	副食		湯		
01/01	—	元旦放假一日					
01/02	鮮肉包+鮮奶	地瓜飯	茄汁魚丁	肉片花椰	有機蔬菜	香菇雞湯	時令水果 X2
01/03	時令水果 X2	糙米飯	白醬燉肉	銀芽肉絲	時令蔬菜	海芽蛋花湯	麵線糊
01/04	清粥小菜 (清粥, 玉米炒蛋, 肉鬆)	紅藜飯	咖哩雞	三杯油腐	時令蔬菜	芹香丸片湯	時令水果 X2
01/05	番茄肉醬蝴蝶麵	蛋炒飯+拉油里肌+時令蔬菜+冬瓜龍骨湯+時令水果					紫薯小菠蘿+豆漿
01/08	時令水果 X2	麥片飯	紅燒雞丁	肉燥蒸蛋	時令蔬菜	玉米豆腐湯	焗烤通心粉
01/09	慶生會 (生日蛋糕)	紫米飯	泰式酸辣魚丁	綜合滷味	有機蔬菜	黃芽肉絲湯	時令水果 X2
01/10	時令水果 X2	吃披薩囉☺+玉米濃湯					蘿蔔糕湯
01/11	燒賣+ 青菜豆腐湯	小米飯	腰果豬柳	香菇黃瓜	時令蔬菜	味噌大根湯	時令水果 X2
01/12	白饅頭夾蛋	培根茄汁義大利麵+三色雞丁+時令蔬菜+南瓜濃湯+時令水果					乳酪丁小麵包 +麥茶
01/15	時令水果 X2	薏仁飯	蘆筍炒肉絲	越南寬粉	時令蔬菜	白菜蛋花湯	什錦豆腐羹
01/16	鮮菇餛飩湯	糙米飯	鹹酥旗魚丁	魚香烘蛋	有機蔬菜	番茄豆腐湯	時令水果 X2
01/17	時令水果 X2	燕麥飯	醬燒肉片	小瓜甜不辣	時令蔬菜	薑絲海芽湯	玉米濃湯+麵包丁
01/18	鮮蔬烏龍湯麵	黃豆飯	洋蔥燒雞	韭菜炒蛋	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果 X2
01/19	玉米鮭魚粥	水餃(1人6顆)+醋溜雞柳+圍爐火鍋湯(含時令蔬菜)+時令水果					丹麥葡萄捲+鮮奶

- ★每日餐點均含全穀根莖類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。
- ★本校餐點供應之豬肉原產地皆為臺灣、無供應牛肉，請安心食用。
- ★為提供營養可口的餐點，餐點可能因特殊因素而更動。
- ★幼兒園餐點表均於月底公告次月之餐點於幼兒園網站，歡迎家長上網參閱。
- ★若對餐點或食材有過敏者，請事先告知老師。

