

台北兒童福利中心幼兒餐點表（幼兒園）

111 年 2 月

熱量分析		50-200 kcal	300-400 kcal	200-250 kcal
日期	星期	上午點心	中午午餐	下午點心
7	一	田園蔬菜麵線	水餃、大滷湯、時令水果	桂圓紅豆紫米粥
8	二	菠菜吻仔魚粥	糙米飯、菇菇馬鈴薯燒肉、三色肉末蒸蛋、蔬菜大骨湯、時令水果	牛奶 芝麻包
9	三	牛奶 鮭魚吐司	木須肉、冬菜大陸妹、冬瓜薏仁湯、時令水果	海鮮烏龍麵
10	四	地瓜湯	咖哩燴三色、油菜炒豆皮、滷蛋、南瓜洋蔥湯、時令水果	蘿蔔糕湯
11	五	蛋花雞絲麵	蒸椒鹽雞、大白菜燴金菇、薑絲紫菜湯、時令水果	麥茶 起司麵包
14	一	南瓜洋蔥鹹粥	起司義大利肉醬麵、香炒雙椰、玉米濃湯、時令水果	牛奶 黑糖沖繩捲
15	二	手工麵魚兒	豆豉蒸魚、清炒豆芽、西紅柿炒蛋、大黃瓜大骨湯、時令水果	銀耳蓮子湯
16	三	黑芝麻牛奶 芋泥包	糙米飯、橙汁雞柳、木須高麗菜、海帶芽味噌豆腐湯、時令水果	什錦肉絲米苔目
17	四	水煮蛋 海帶芽味噌湯	鮮蔬炒麵、薑絲小白菜、老皮嫩豆腐、蘿蔔玉米湯、時令水果	養生茶 QQ 小饅頭
18	五	小米粥 小菜	糙米飯、梅干扣肉、炒三絲、菠菜香菇蛋花湯、時令水果	低糖豆漿 菠蘿麵包
21	一	什錦肉絲冬粉	生香菇雞丁、大陸妹炒豆皮、菜脯蛋、薏仁大骨湯、時令水果	牛奶 大肉包
22	二	蘿蔔糕湯	酢醬麵、肉片炒高麗菜、海菜吻仔魚羹湯、時令水果	紅豆西米谷
23	三	牛奶 黑糖沖繩捲	揚州炒飯、小黃瓜炒肉絲、小白菜豆腐湯、時令水果	關東煮
24	四	低糖豆漿 自製果醬吐司	洋蔥木耳炒馬鈴薯、芝麻菠菜、紅燒豆腐、番茄黃豆芽湯、時令水果	田園番茄麵
25	五	鮭魚玉米粥	小米飯、三杯魚片、紅絲炒青花菜、榨菜香菇肉絲湯、時令水果	牛奶 克林姆麵包
備註		遇有臨時偶發事件無法供應原訂餐點時則以它類食品替代。 本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。		

保健組

製