

台北兒童福利中心幼兒餐點表 (幼兒園)

112 年 01 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
3	二	菠菜吻仔魚粥*	四彩雞丁、香炒大陸妹、三杯杏鮑菇、冬瓜大骨湯、時令水果	海鮮烏龍麵*
4	三	牛奶* 黑糖小饅頭	香腸蛋炒飯*、紅燒肉末豆腐*、小白菜蛋花湯*、時令水果	魚丸肉絲米苔目*
5	四	田園蔬菜麵*	洋葱木耳馬鈴薯、螞蟻上樹、香炒菠菜、香菇金針湯、時令水果	低糖豆漿* 蒸蘿蔔糕
6	五	芋頭瘦肉蛋花粥*	糙米飯、酸溜肉片*、紅絲高麗菜、玉米蘿蔔湯、時令水果	養生茶 葡萄乾麵包*
7	六	營養麵線	京醬肉絲*、燴大黃瓜、菇菇大骨湯、時令水果	桂圓紫米麥片粥
9	一	南瓜洋葱燕麥粥	義大利肉醬起司麵、雙色花椰、玉米濃湯*、時令水果	黑芝麻豆漿* 菜肉包
10	二	什錦肉絲冬粉	古早味油飯、蒜香地瓜葉、味噌蛋花豆腐湯*、時令水果	銀耳蓮子甜湯
11	三	牛奶* 地瓜包	咖哩雞燴飯、香炒高麗菜、海帶胡蘿蔔湯、時令水果	擔仔麵
12	四	青江蛋花雞絲麵*	玉米炒飯*、木耳白菜、雞蛋豆腐*、薑絲冬瓜湯、時令水果	紅豆奶香西谷米*
13	五	清粥小菜	三絲銀芽*、胡蘿蔔蒸蛋*、香炒青江菜、山藥牛蒡湯、時令水果	牛奶* 丹麥麵包*
16	一	莧菜肉末鹹粥*	黑糙米飯、塔香魚肉*、高麗菜炒肉絲、番茄白菜湯、時令水果	牛奶* 自製果醬吐司
17	二	牛奶* 芝麻包*	糙米飯、花干滷肉*、木耳大陸妹、芹香蘿蔔湯、時令水果	手工麵魚兒*
18	三	低糖黑豆漿* 茶葉蛋*	紹子麵、蒜香空心菜、滷豆干、薑絲紫菜湯、時令水果	關東煮*
19	四	蔬菜蛋片麵線*	油豆腐燒海結*、香炒油菜、香煎菜脯蛋*、南瓜洋葱湯、時令水果	三色肉末粥*
30	一	高麗菜鮪魚粥*	三彩雞米、菠菜冬粉、薏仁大骨湯、時令水果	紅豆牛奶湯* 吐司
31	二	蘿蔔糕湯	水餃、大滷湯*、時令水果	肉羹麵線
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。 標示「*」表示含有過敏原食材(甲殼類、芒果、花生、牛奶羊奶、蛋、大豆、魚、堅果、芝麻、含麸質之穀類及其製品)， 請過敏者特別注意。		

保健室



製