

臺南市學甲區中洲國民小學附設幼兒園 113 學年度第一學期

1 月份餐點表

※本園一律使用國產豬、牛肉食材。

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心
W18	四	蘋果片+低糖豆漿	糙米飯、麻油雞丁、肉燥豆芽菜、蔥油青江菜、榨菜粉絲湯	蜂蜜銅鑼燒+鮮奶
3	五	香蕉+優酪乳	白米飯、義式燉肉、麻婆豆腐、有機小白菜、香菇脆瓜雞湯	煎餃+無糖豆漿
W19	一	葡萄+優酪乳	白米飯、樹子蒸台灣鯛魚片、小黃瓜炒蛋、高麗菜炒 XO 醬、蘿蔔海帶結湯、橘子	五穀饅頭+鮮奶
7	二	香蕉+低糖豆漿	糙米飯、薑汁燒肉、三杯杏鮑菇、有機油菜酸菜鴨肉湯、橘子	叻仔魚蛋花粥
8	三	火龍果片+低糖豆漿	紅燒豬肉麵、檸檬烤雞翅、肉燥青江菜、優酪乳巧克力菠蘿麵包	青江菜魚丸湯麵
9	四	蘋果片+鮮奶	糙米飯、豉汁排骨、大頭菜炒黑木耳肉絲、韭菜銀芽、火腿玉米濃湯	玉米濃湯麵
10	五	小番茄+鮮奶	白米飯、馬鈴薯燉肉、什錦鹹水雞、有機高麗菜藥膳雞肉湯	水煮蛋+低糖豆漿
W20	一	柳丁+優酪乳	白米飯、虱目魚肉燥、紅蘿蔔炒蛋、油菜玉米鮮菇白菜湯、芭樂	蒸地瓜+鮮奶
14	二	火龍片+優酪乳	糙米飯、蔥燒鴨肉、芹菜炒三絲、有機菠菜茼蒿肉絲湯、芭樂	杯子蛋糕+鮮奶
15	三	香蕉+低糖豆漿	義大利麵、義大利肉醬、炸薯條和雞塊 蒜香青花菜、紫菜蛋花湯、履歷豆漿、堅果包	滑蛋玉米瘦肉粥
16	四	芭樂片+優酪乳	糙米飯、香滷雞腿、醋溜海帶根、田園大白菜麻油雞湯	鮮肉湯包+芝麻豆漿
17	五	蘋果片+鮮奶	白米飯、豬肉壽喜燒、奶油馬鈴薯、有機油菜海帶芽味噌湯	鯛魚玉米粥
W21	一	葡萄+優酪乳	肉絲蛋炒飯、藍莓貝果、貢丸湯、全脂保久乳 橙蜜香小番茄	玉米脆片奶酪

備註：每日餐點均含全穀根莖類、豆魚肉蛋類、蔬菜類及水果類等四大類食物

 幼兒園教師：
 附設幼兒園主任 周建男

 單位主任：
 附設幼兒園主任 周建男

校長 黃文信