財團法人天主教會嘉義教區附設雲林縣私立聖愛幼兒園

113 學年度第一學期 114 年 1月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 上午點心 | 午 餐 | 當季水果 | 下午點心 | 餐點類別檢核 |
| 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1 | 三 | 元 旦 |
| 2 | 四 | 玉米濃湯 | 白飯、三杯雞、炒青菜、紫菜蛋花湯 | 水果 | 粉圓粉條湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 3 | 五 | 肉包 麥茶 | 白飯、蘿蔔燒肉、玉米炒蛋、榨菜肉絲湯 | 水果 | 鯖魚湯麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 6 | 一 |  蔬菜湯餃 | 白飯、瓜仔肉、青翠時蔬、薑絲海帶芽湯 | 水果 | 草莓吐司 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 7 | 二 | 饅頭 豆漿 | 白飯、五香肉排、青翠時蔬、野菇味噌湯 | 水果 | 青蔥麵線 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 8 | 三 | 鮮蔬拉麵 | 義大利肉醬麵 金針排骨湯 | 水果 | 紅豆小湯園 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 9 | 四 | 地瓜粥 | 白飯、香菇肉羹湯、 香酥花枝丸 | 水果 | 吻仔魚粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 10 | 五 | 雞絲湯麵 | 白飯、馬鈴薯燉肉、蔥花蛋、百菇湯 | 水果 | 紅豆紫米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 13 | 一 | 銀絲卷 紅棗茶 | 白飯、醬燒杏鮑菇、清炒小黃瓜、紫菜蛋花湯 | 水果 | 綠豆薏仁湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 14 | 二 | 莧菜吻仔魚粥 | 白飯、麻婆豆腐、洋蔥炒蛋、金針肉絲湯 | 水果 | 餐包 麥茶 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 15 | 三 | 關東煮 | 什錦炒麵、味噌湯 | 水果 | 蘿蔔糕湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 16 | 四 | 什錦麥片牛奶 | 白飯、雞肉咖哩、青菜豆腐湯 | 水果 | 陽春麵 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 17 | 五 | 雞肉蘑菇濃湯 | 白飯、洋蔥炒豬柳、白菜滷、蒜頭雞湯 | 水果 | 油豆腐紛絲湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 20 | 一 | 黑糖饅頭 麥茶 | 白飯、糖醋甜不辣、青翠時蔬、番茄蛋花湯 | 水果 | 小米粥 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 21 | 二 | 竹筍香菇鹹粥 | 白飯、五香肉排、青翠時蔬、小魚乾莧菜湯 | 水果 | 水果茶、餐包 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 22 | 三 | 鮮菇玉米濃湯 | 白飯、梅干滷肉、蒜香高麗菜、榨菜肉絲湯 | 水果 | 綠豆薏仁湯 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 23 | 四 | 皮蛋瘦肉粥 | 水餃、酸辣湯 | 水果 | 放假 | 🗸 | 🗸 | 🗸 | 🗸 |
| 24 | 五 | 補12/14聖誕運動會活動假 |
| 27 | 一 | 農曆春節 |
| 28 | 二 |
| 29 | 三 |
| 30 | 四 |
| 31 | 五 |
| ◎食材來源一律使用國產豬肉(當天市場採購溫體豬肉)◎每日餐點均含全榖雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物。餐點內容以時令季節所取得的盛產食材為主，但必要時會有適時變動。◎ 響應世界地球日，全球蔬食一日計畫，週一:蔬食料理，無肉日◎ 菜單同步公告於「聖愛幼兒園」網站 |