宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114年2月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | | | 早點 | 午餐 | | | | | | 午點 | 餐點類別檢核 | | | |
| 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | 1  全穀 根莖類 | 2  豆魚肉蛋奶類 | 3  蔬菜類 | 4  水果類 |
| 3 | | 一 | | 甜心卷 牛奶 | 白米飯 | 油豆腐滷肉 | 素炒乾丁 | 時令蔬菜 | 紫菜蛋花湯 | 時令水果 | 綠豆地瓜湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2.3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 4 | | 二 | | 鮮蔬粥 | 榨菜肉絲麵 | | | | | 時令水果 | 奶油麵包 酸梅湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | 4 | 1.4 |  |  |  |  |
| 5 | | 三 | | 綠豆仁西米露 | 五穀飯 | 燴什錦 | 玉米炒蛋 | 時令蔬菜 | 蘿蔔肉塊湯 | 時令水果 | 巧達濃湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1 | 1 |  | 1.2 | 3 | 2.3 | 4 | 1.2.3 |  |  |  |  |
| 6 | | 四 | | 葡萄乾吐司 豆漿 | 蘿蔔鹹粥 | | | 滷蛋 | | 時令水果 | 雞絲麵線湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2.4 | 1.3 | | | 2 | | 4 | 1.2 |  |  |  |  |
| 7 | | 五 | | 米苔目 | 糙米飯 | 醬燒麵筋 | 豆干炒木耳 | 時令蔬菜 | 冬瓜肉片湯 | 時令水果 | 小饅頭 黑糖木耳湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1 | 1 | 1 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 8 | | 六 | | 瘦肉粥 | 精燉紅燒麵 | | | | | 時令水果 | 芝麻包 桂圓茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | 4 | 1.4 |  |  |  |  |
| 10 | | 一 | | 鮮奶饅頭 米漿 | 白米飯 | 胡蘿蔔燴蛋 | 螞蟻上樹 | 時令蔬菜 | 金針菇湯 | 時令水果 | 米粉羹 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1 | 2.3 | 1.3 | 3 | 3 | 4 | 1 |  |  |  |  |
| 11 | | 二 | | 玉米滑蛋粥 | 肉丁蛋炒飯 | | | | 貢丸湯 | 時令水果 | 原味蛋糕 水果茶 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1.2 | | | | 1.2 | 4 | 1.4 |  |  |  |  |
| 12 | | | 三 | 什錦素羹 | 五穀飯 | 茶碗蒸 | 芹菜豆苞 | 時令蔬菜 | 青菜肉絲湯 | 時令水果 | 寬粉蔬菜湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.3 | 1 | 2 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | 1.3 |  |  |  |  |
| 13 | | | 四 | 雞蛋吐司 豆漿 | 翠玉大滷麵 | | | | | 時令水果 | 紅豆薏仁湯 |  |  |  |  |
| 食物類別 | | | | 1.2 | 1.2.3 | | | | | 4 | 1 |  |  |  |  |

※ 1.本園食材來源一律使用國產豬肉 2.以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3.依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 114年2月份餐點表

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | | 星期 | 早點 | 午餐 | | | | | | | 午點 | 餐點類別檢核 | | | | | | | |
| 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | | 1  全穀 根莖類 | | 2  豆魚肉蛋奶類 | | 3  蔬菜類 | | 4  水果類 | |
| 14 | | 五 | 南瓜粥 | 糙米飯 | 香腸 | 麻婆肉絲 | 時令蔬菜 | 青菜豆腐湯 | 時令水果 | | 豆沙包 養生茶 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 2 | 2 | 3 | 2.3 | 4 | | 1 |  | |  | |  | |  | |
| 17 | | 一 | 銀絲卷 米漿 | 白米飯 | 洋蔥炒蛋 | 蒸瓜仔肉 | 時令蔬菜 | 銀芽湯 | 時令水果 | | 黑糖粉圓 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 2.3 | 2 | 3 | 3 | 4 | | 1 |  | |  | |  | |  | |
| 18 | | 二 | 蘑菇濃湯 | 雙色肉塊粥 | | | 滷豆乾 | | | 時令水果 | 青蔥麵包 冬瓜露 | |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | 2 | | 4 | | 1.3 |  | |  | |  | |  | |
| 19 | | 三 | 什錦粉條 | 五穀飯 | 香炒腐竹 | 滷昆布 | 時令蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 | | 烏龍湯麵 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1 | 2 | 3 | 3 | 1.2 | 4 | | 1.3 |  | |  | |  | |  | |
| 20 | | 四 | 紅豆麵包 豆漿 | 義大利肉醬麵 | | | 羅宋湯 | | 時令水果 | | 關東煮 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.2 | | | 1.2.3 | | 4 | | 4 |  | |  | |  | |  | |
| 21 | | 五 | 皮蛋瘦肉粥 | 糙米飯 | 番茄燴蛋 | 酸菜炒肉丁 | 時令蔬菜 | 薑絲肉絲湯 | 時令水果 | | 豆沙包 梅子茶 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1 | 2.3 | 2.3 | 3 | 2.3 | 4 | | 1.3 |  | |  | |  | |  | |
| 24 | | 一 | 地瓜饅頭 米漿 | 白米飯 | 滷肉 | 炒冬粉 | 時令蔬菜 | 海帶芽湯 | 時令水果 | | 菠菜銀魚羹 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 2 | 1 | 3 | 3 | 4 | | 2.3 |  | |  | |  | |  | |
| 25 | | 二 | 鮮奶吐司 豆漿 | 综合鮮菇粥 | | | 油條 | | 時令水果 | | 雞塊 枸杞茶 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.2 | 1.3 | | | 1 | | 4 | | 2.3 |  | |  | |  | |  | |
| 26 | | 三 | 什錦麵線 | 糙米飯 | 魩仔魚炒蛋 | 什錦滷菜 | 時令蔬菜 | 排骨黃瓜湯 | 時令水果 | | 酸辣湯 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1 | 1 | 2 | 3 | 3 | 2.3 | 4 | | 1.2.3 |  | |  | |  | |  | |
| 27 | 四 | | 白玉鮮蔬粥 | 高麗菜雞絲麵 | | | | | 時令水果 | | 木耳豆腐湯 |  | |  | |  | |  | |
| 食物類別 | | | 1.3 | 1.2.3 | | | | | 4 | | 2.3 |  | |  | |  | |  | |

※ 1.本園食材來源一律使用國產豬肉 2.以上中午餐點均附有當季水果；青菜蔬果類，會因季節、氣候不定而變動

3.依衛生福利部公告「食品過敏原標示規定」，易引起過敏的食物有甲殼類、芒果、花生、牛奶、羊奶、蛋、堅果類、芝麻、含麩質之穀物、大豆、

魚類、使用亞硫酸鹽類等及其製品，不適合對其過敏者食用。請家長務必事先告知園方幼童是否有對其上述食物過敏。