

宜蘭縣私立芝蔴村幼兒園 115 年 1 月份餐點表

114.12.26 公告

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 蛋奶類	3 蔬菜類	4 水果類
2	五	海苔滑蛋粥	糙米飯	香滷油豆腐	香菇炒肉絲	時令蔬菜	排骨玉米湯	時令水果	芋泥包 紅棗茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2.3	1	2	2.3	3	1.2	4	1.3	✓	✓	✓	✓
5	一	營養燕麥片 牛奶	白米飯	筍絲燉肉	蒜炒豆干丁	時令蔬菜	南瓜湯	時令水果	貢丸米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	2	3	1	4	1.2	✓	✓	✓	✓
6	二	地瓜粥	什錦肉絲炒麵				羅宋湯	時令水果	波蘿麵包 決明茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1.2.3				2.3	4	1	✓	✓	✓	✓
7	三	奶香吐司 豆漿	五穀飯	醬燒冬瓜	炸花枝丸	時令蔬菜	豆腐味噌湯	時令水果	綠豆 QQ 湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	3	2	3	2	4	1	✓	✓	✓	✓
8	四	絲瓜烏龍湯	彩玉雞絲粥			香味海苔絲		時令水果	油豆腐細粉	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1.2.3			3		4	1.2	✓	✓	✓	✓
9	五	養生紫米粥	糙米飯	烤麩滷蘿蔔	紅燒肉	時令蔬菜	芙蓉蛋花湯	時令水果	小肉包 白木耳湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	3	2	3	2	4	1.2.3	✓	✓	✓	✓
12	一	黑糖饅頭 米漿	白米飯	五香肉燥	芹香甜不辣	時令蔬菜	大骨黃瓜湯	時令水果	鮮蔬麵線	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	2	1.2.3	3	2.3	4	1.3	✓	✓	✓	✓
13	二	皮蛋粥	鮮蔬豬肉洋芋燴飯					時令水果	花卷 桂圓茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1.2.3					4	1.4	✓	✓	✓	✓
14	三	青蔥饅頭 豆漿	五穀飯	香炒腐竹	醬滷小腿	時令蔬菜	魚丸湯	時令水果	三絲豆腐羹	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2.3	1	3	2	3	1.2	4	2.3	✓	✓	✓	✓
15	四	香菇瘦肉粥	番茄肉塊湯麵					時令水果	客家板條	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2.3	1.2.3					4	1.2.3	✓	✓	✓	✓
16	五	什錦粉條	糙米飯	洋蔥炒蛋	蔴瓜滷肉	時令蔬菜	大骨鮮蔬湯	時令水果	小菜包 梅子茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1	2.3	2.3	3	2.3	4	1.3	✓	✓	✓	✓

※ 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、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 115 年 1 月份餐點表

114.12.26 公告

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 蛋奶類	3 肉蔬 菜類	4 水果類
19	一	養生饅頭 米漿	白米飯	蠔油鮮菇	豆乾丁炒肉末	時令蔬菜	雲耳薑絲湯	時令水果	紅麵線湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1	3	2	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓
20	二	鮮蔬素羹	雙蔬肉塊粥			涼拌四季豆		時令水果	青蔥麵包 冬瓜露	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1.2.3			3		4	1.3	✓	✓	✓	✓
21	三	原味吐司 豆漿	五穀飯	粉蒸肉	客家小炒	時令蔬菜	養生雞湯	時令水果	紅豆芋圓湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2	2.3	3	2	4	1	✓	✓	✓	✓
22	四	南瓜粥	香菇雞絲拉麵					時令水果	翡翠銀魚羹	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1.2.3					4	1.2.3	✓	✓	✓	✓
23	五	廣東粥	糙米飯	麻婆肉絲	炒三色	時令蔬菜	大骨瓠瓜湯	時令水果	白煮蛋 枸杞木耳湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2	3	3	2.3	4	2.4	✓	✓	✓	✓
26	一	椰香饅頭 牛奶	白米飯	開陽白菜	玉米炒蛋	時令蔬菜	豆芽肉絲湯	時令水果	南瓜米粉湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	2	3	1.2	3	2.3	4	1	✓	✓	✓	✓
27	二	蘿蔔糕湯	什錦時蔬炒飯				紫菜蛋花湯	時令水果	小刈包 有機麥茶	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.3	1.2.3				2.3	4	1.2	✓	✓	✓	✓
28	三	紅豆吐司 豆漿	五穀飯	海帶滷肉	芹菜炒干絲	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	關東煮	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	2.3	3	3	4	1	✓	✓	✓	✓
29	四	什錦麵線	雞丁蘿蔔粥			涼拌鮮菇		時令水果	粿仔湯	✓	✓	✓	✓
食物類別		1	1.2.3			3		4	1	✓	✓	✓	✓
30	五	玉米濃湯	糙米飯	番茄燴蛋	菜豆炒肉丁	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	米香菓 冬瓜露	✓	✓	✓	✓
食物類別		1.2	1	2.3	2.3	3	3	4	1.3	✓	✓	✓	✓

※ 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。

