

臺中市龍井國小附設幼兒園 幼兒餐點表【107年1月】

週別	日期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一週	1/1~1/5	早點		甘薯肉鬆粥	芹香鮮肉細粉	鮮肉餛飩湯	青蔬糝仔條
		午餐	元旦補假	(高纖麥片飯) 古早味豬排 台式小炒 季節時蔬 結頭菜排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 香炒吻仔魚 茄汁嫩腐 季節時蔬 花菜肉絲湯 四季水果	(小薏仁飯) 豆仔肉茸 開陽白菜滷 季節時蔬 鮮味蛤蜊湯 四季水果	咖哩雞肉飯 彩蔬拼盤 翠綠蛋花湯 四季水果
		午點		蛋餅+大麥飲	珍珠丸子+米漿	果醬夾麵包+鮮奶	菠蘿麵包+保久乳
第二週	1/8~1/12	早點	蔬菜肉絲魚皮羹	古都擔仔麵	綜合丸子湯	大滷麵疙瘩	菠菜鮮菇雞肉粥
		午餐	(五穀雜糧飯) 鹹酥豆包 雙色蒸蛋 季節時蔬 清燉冬瓜湯 四季水果	(營養糙米飯) 青蒜燒魚 韭香什錦 季節時蔬 木須肉絲湯 四季水果	(健康小米飯) 蒜泥白肉 蕃茄肉醬 季節時蔬 海芽蛋花湯 四季水果	(營養糙米飯) 塔香雞柳 白玉三絲羹 季節時蔬 金菇肉絲湯 四季水果	海鮮什錦炒麵 喜相逢 金針排骨湯 四季水果
		午點	蔥花捲+鮮奶	黑糖豆花	玉米濃湯	清蛋糕+鮮奶	醬燒小肉包+豆漿
第三週	1/15~1/19	早點	肉骨茶麵	蔥酥蘿蔔糕湯	什錦湯麵	蔬菜銀魚鮮肉粥	客家板條湯
		午餐	(營養糙米飯) 紅燒麵腸 芹粒煎蛋 季節時蔬 金菇豆芽湯 四季水果	(高纖麥片飯) 薑燒魚片 絞肉滷干丁 季節時蔬 包白什錦湯 四季水果	(活力南瓜飯) 蔥油雞 山根昆布滷 季節時蔬 三絲湯 四季水果	(芝麻糙米飯) 瓜仔肉 花椰甜條 季節時蔬 黃金蜆湯 四季水果	肉絲蛋炒飯 麻油雞肉蔬菜鍋 四季水果
		午點	奶黃包+鮮奶	沙拉吐司+鮮奶	紅豆湯	蒸餃+豆漿	花生薏仁小湯圓
第四週	1/22~1/26	早點	雙色饅頭+鮮奶	生滾魚片粥	日式關東煮		
		午餐	(健康小米飯) 金銀杏鮑菇 翡翠枸杞蒸蛋 季節時蔬 蕃茄豆腐湯 四季水果	圍爐火鍋 四季水果	(高纖麥片飯) 糖醋肉 蝦皮蔥花蛋 季節時蔬 菜心大骨湯 四季水果	**寒假開始**	
		午點	海苔飯捲+大麥飲	燒賣+米漿	脆片鮮奶酪		
第五週	1/29~2/2	早點					
		午餐					
		午點					