

西門國小附設幼兒園112年2月餐點計畫表

田欣餐點食品廠

		三餐10申請	早點心		午餐				午點心		全穀雜糧(份)	油脂與堅果種子(份)	蔬菜(份)	奶類(份)	豆魚蛋肉(份)	水果(份)	鈣(mg)	鈉(mg)	熱量(大卡)
2月13日	一	★	麻油雞蛋麵線 <small>麵線, 肉絲S, 雞蛋, 高麗菜, 麻油</small>	糙米飯 <small>白米, 糙米</small>	蘿蔔燒雞 <small>雞丁S, 白蘿蔔Q, 紅蘿蔔Q</small>	三色玉米 <small>玉米粒Q, 豆乾丁, 紅蘿蔔Q</small>	產銷履歷蔬菜T	金針湯 <small>金針, 冬粉</small>	綠豆雪蓮子湯 <small>綠豆, 雪蓮子</small>	水果 水果	6.8	1.5	1.9	0	1.7	0.1	126	656	691
2月14日	二	★	奶香燕麥粥 <small>燕麥, 圓糯米, 牛奶</small>	黑芝麻飯 <small>白米, 黑芝麻</small>	芝麻豬排 <small>豬排S, 白芝麻</small>	油蔥薯片 <small>涼薯Q, 皮絲, 油蔥酥</small>	有機蔬菜O	冬瓜排骨湯 <small>冬瓜Q, 排骨S</small>	餛飩湯 <small>餛飩, 蚵白菜</small>	水果 水果	6.7	1.7	2	0.2	1.8	0.1	295	694	731
2月15日	三	★	味噌拉麵 <small>拉麵, 肉片S, 豆芽菜, 味噌, 海芽</small>	紫米飯 <small>白米, 紫米</small>	塔香雞丁 <small>雞丁S, 南瓜Q, 九層塔Q</small>	香芹干絲 <small>白干絲, 芹菜Q, 紅蘿蔔Q</small>	季節蔬菜Q	蘿蔔雞湯 <small>白蘿蔔Q, 雞丁S</small>	大滷麵疙瘩 <small>雞蛋, 筍絲, 肉絲S, 麵疙瘩</small>	水果 水果	5.6	2	1.9	0	2.7	0.1	103	650	684
2月16日	四	★	干貝玉米胚芽米粥 <small>白米, 胚芽米, 玉米, 珠貝</small>	燕麥飯 <small>白米, 燕麥</small>	肉絲蛋炒飯 <small>肉絲S, 雞蛋Q, 玉米粒Q, 紅蘿蔔Q, 洋葱Q</small>	滷味 <small>高麗菜Q, 黑輪絲Q, 米血糕S</small>	有機蔬菜O	酸辣湯 <small>豬血, 金針菇Q, 木耳Q, 紅蘿蔔Q</small>	紅豆地瓜湯 <small>地瓜, 紅豆</small>	水果 水果	6.3	1.3	2	0	1.7	0.1	94	617	649
2月17日	五	★	糙米漿+加州葡萄吐司 <small>糙米, 花生, 加州葡萄吐司</small>	五穀飯 <small>白米, 糙米, 燕麥, 紫米, 麥片</small>	茄汁雞丁 <small>番茄Q, 雞丁S</small>	香椿銀芽粉絲 <small>冬粉, 豆芽Q, 紅蘿蔔Q, 香椿醬</small>	有機蔬菜O	洋葱海芽湯 <small>海芽, 洋葱, 紅蘿蔔</small>	韭香米苔目 <small>米苔目, 肉絲S, 豆芽菜, 韭菜</small>	水果 水果	6.2	1.6	2	0	1.9	0.1	106	633	667
2月18日	六	★	香菇蘿蔔雞湯 <small>雞片S, 白蘿蔔, 香菇</small>	蕎麥飯 <small>白米, 蕎麥</small>	花生燉肉 <small>肉丁S, 水煮花生, 豆干</small>	吻魚蒸蛋 <small>雞蛋Q, 吻魚</small>	產銷履歷蔬菜T	南瓜肉片湯 <small>南瓜Q, 肉片S</small>	紫米奶香露 <small>西谷米, 紫米, 椰漿</small>	水果 水果	6.6	1.5	2.1	0	1.7	0.1	110	647	682
2月20日	一	★	豆漿+馬拉糕 <small>豆漿, 馬拉糕</small>	胚芽米飯 <small>白米, 胚芽米</small>	鳳梨雞丁 <small>雞丁S, 洋葱Q, 鳳梨片</small>	客家小炒 <small>豆干片, 肉絲S, 紅蘿蔔Q</small>	產銷履歷蔬菜T	芹香結頭菜湯 <small>結頭菜Q, 芹菜Q</small>	竹筍糙米鹹稀飯 <small>白米, 糙米, 筍絲, 香菇絲, 絞肉S</small>	水果 水果	6.3	1.5	2	0	2.2	0.1	126	651	686
2月21日	二	★	豬肉麵疙瘩 <small>麵疙瘩, 肉片S, 小白菜, 蛤蠣</small>	香鬆飯 <small>白米, 香鬆</small>	香酥魚排 <small>魚排Q</small>	花椰炒肉絲 <small>白花椰Q, 青花椰Q, 肉絲S</small>	有機蔬菜O	玉米蛋花湯 <small>玉米粒Q, 雞蛋Q</small>	燒仙草 <small>仙草汁, 紅豆, 花豆, 燕麥, 花生片</small>	水果 水果	6.6	1.8	2	0	1.7	0.1	123	658	693
2月22日	三	★	蛋花湯+蘿蔔糕 <small>雞蛋, 蘿蔔糕</small>	小米飯 <small>白米, 小米</small>	香菇炒肉片 <small>肉片S, 香菇Q, 大黃瓜Q</small>	洋葱炒甜不辣 <small>洋葱Q, 甜不辣Q, 木耳Q</small>	季節蔬菜Q	番茄豆腐湯 <small>番茄Q, 豆腐</small>	肉絲冬粉 <small>冬粉, 肉絲S, 小白菜</small>	水果 水果	6.3	1.8	2.3	0	2.2	0.1	104	671	707
2月23日	四	★	油豆腐意麵 <small>意麵, 油豆腐, 絞肉S, 豆芽菜</small>	麵條 <small>麵條</small>	肉絲炒麵 <small>肉絲S, 豆芽菜Q, 紅蘿蔔Q, 木耳Q</small>	腰果長豆 <small>長豆Q, 腰果</small>	有機蔬菜O	四神湯 <small>肉片S, 薏仁, 淮山, 芡實</small>	沙茶肉羹湯 <small>肉羹S, 大白菜, 紅蘿蔔, 雞蛋</small>	水果 水果	6.3	1.7	2.4	0	1.9	0.1	103	654	688
2月24日	五	★	枸杞茶+慶生蛋糕 <small>枸杞, 蛋糕</small>	五穀飯 <small>白米, 糙米, 燕麥, 紫米, 麥片</small>	彩菇燒肉 <small>精靈菇Q, 雪白菇Q, 雞丁S</small>	紅蘿蔔炒蛋 <small>紅蘿蔔Q, 雞蛋Q</small>	有機蔬菜O	香菇雪蓮子湯 <small>雪蓮子, 香菇Q</small>	藍莓貝果 <small>藍莓貝果</small>	水果 水果	6.2	1.5	2.1	0	1.9	0.1	108	631	665
2月27日	一		228連假																
2月28日	二		228連假																

*本廠一律使用國產豬肉、雞肉。

*配合天天安心食材政策，每周一供應履歷蔬菜、每周二、四、五供應有機蔬菜。

*配合國產可追溯生鮮農漁畜產品食材政策，菜單主要食材明細標示「S」已取得CAS標章，標示「Q」可追溯生產來源。