

# 台南市私立麻豆樂人幼兒園 110 年 1 月份幼生菜單

※本園餐點採兩週輪替方式進行(單週:每月 1.3.5 週、雙週:每月 2.4 週)。 ※本園一律使用國產豬

※餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。 ※蔬菜、水果以季節性出產品為主。

日期	上午點心		中午午餐		下午點心	
	餐點	食材	餐點	食材	餐點	食材
1/4 (一)	吐司 牛奶	草莓果醬 鮮奶吐司 牛奶	麥片飯	米+麥片	奶皇包 麥茶	奶皇包 麥茶
1/18 (一)			醬爆肉絲	洋蔥+肉絲+蔥		
			新鮮蔬菜	高麗菜+蒜頭+紅蘿蔔絲		
			清蒜海底雞湯	海底雞罐+香菇+豆腐+肉絲+蒜苗		
			時令水果	香蕉🍌 柳丁🍊		
1/5 (二)	滑蛋麵線	麵線 蛋	麥片飯	米+麥片	蝦米米粉湯	米粉 肉絲 蝦米 韭菜
1/19 (二)			麻婆豆腐	豆腐+絞肉+豆瓣醬+蔥花		
			新鮮蔬菜	大白菜+香菇+扁魚+蝦米+紅蘿蔔絲		
			大黃瓜香菇丸湯	大黃瓜+香菇丸		
			時令水果	橘子🍊 柳丁🍊		
1/6 (三)	翡翠魚粥	白飯 波菜 魷仔魚 魚板	麥片飯	米+麥片	椰奶西米露	椰奶 西米露 地瓜 芋頭
1/20 (三)			油豆腐滷肉	絞肉+油豆腐+蒜頭+蔥		
			新鮮蔬菜	油菜+秀珍菇+蒜頭		
			大補湯	大補包+素鴨肉		
			時令水果	香蕉🍌 蓮霧🍑		
1/7 (四)	蘿蔔糕蛋花 湯	蘿蔔糕 白菜 蛋 油蔥酥	麥片飯	米+麥片	榨菜肉絲麵	榨菜 肉絲 關廟麵
1/21 (四)			豬肉燴飯	肉片+空心菜+沙茶醬+蒜頭		
			百菇大骨湯	大骨+金針菇+秀珍菇+香菇+蔥		
			時令水果	番茄🍅 蘋果🍏		
1/8 (五)	雞蓉玉米粥	白飯 雞胸肉 玉米 蛋	芝麻飯	飯+芝麻	鍋燒雞絲麵	雞絲麵 火鍋丸 白菜 蛋
1/22 (五)			蜜汁燒肉	蜜汁醬+絞肉+蔥+洋蔥		
			新鮮蔬菜	花椰菜+香菇+蒜頭		
			蘿蔔玉米湯	白蘿蔔+紅蘿蔔+玉米		
			時令水果	番茄🍅 蘋果🍏		
1/11 (一)	肉羹麵	麵條 肉羹 蛋 筍絲	麥片飯	米+麥片	鮮肉包 紫菜蛋花湯	鮮肉包 紫菜 蛋 蔥花
1/25 (一)			瓜仔肉末	絞肉+醬瓜+蔥		
			新鮮蔬菜	菜豆+木耳絲+紅蘿蔔		
			豆薯蛋花湯	豆薯+蛋+蔥花		
			時令水果	柳丁🍊 橘子🍊		
1/12 (二)	清粥小菜	白飯 海苔肉鬆 菜圃 蛋	香腸炒飯	白飯+香腸+紅蘿蔔+高麗菜+洋蔥+蛋	擔仔麵	肉絲 麵條 韭菜 油蔥酥
1/26 (二)			味增豆腐湯	味增+豆腐+洋蔥丁+小魚乾		
			時令水果	柳丁🍊 橘子🍊		
1/13 (三)	鍋燒意麵	意麵 白菜 火鍋丸 肉絲 蛋	地瓜飯	米+地瓜	白木耳甜湯	白木耳 枸杞 紅棗
1/27 (三)			無骨雞排	雞胸肉+地瓜粉		
			新鮮蔬菜	青江菜+杏鮑菇+蒜頭		
			金針肉絲湯	金針花+肉絲+蔥		
			時令水果	蓮霧🍑 柳丁🍊		
1/14 (四)	肉燥拉麵	拉麵 絞肉 白菜 魚板	白醬義大利麵	義大利麵條+綠花椰菜+奶油白醬+蒜頭+紅蘿蔔+蘑菇	水煮蛋 白菜魚丸湯	蛋 白菜 小魚丸
1/28 (四)			玉米濃湯	玉米粒+馬鈴薯+蛋		
			時令水果	香蕉🍌 蘋果🍏		
1/15 (五)	蔬菜粥	白飯 高麗菜 香菇 紅蘿蔔絲 蔥花	芝麻飯	飯+芝麻	綠豆薏仁湯	綠豆 薏仁
1/29 (五)			壽喜燒肉	肉片+金針菇+香菇+百頁豆腐+蒜頭		
			新鮮蔬菜	紅蘿蔔+蛋+蔥花		
			鮮魚湯	虱目魚+枸杞+薑絲+蔥		
			時令水果	香蕉🍌 蘋果🍏		
					蛋糕 麥茶	杯子蛋糕 麥茶

園長核章：

園長蘇慧雀

餐點設計：李緣惠