

臺北市信義區吳興國民小學附設幼兒園 115 年 1 月營養餐點表

| 日期   | 星期 | 上午點心    | 午餐內容                         | 下午點心     |
|------|----|---------|------------------------------|----------|
| 1/1  | 四  | 元旦      | 放假                           | 一        |
| 1/2  | 五  | 黑糖小饅頭   | 糙米白飯、三味排骨、銀魚蒸蛋、季節時蔬、番茄黃豆芽湯   | 西點麵包、燕麥奶 |
| 1/5  | 一  | 鮮奶、水果穀片 | 糙米白飯、香菇肉燥、芹菜炒豆干、季節時蔬、蛤蜊湯     | 仙草米苔目    |
| 1/6  | 二  | 鮮肉珍珠丸子  | 糙米白飯、瓜仔雞、螞蟻上樹、季節時蔬、味噌豆腐湯     | 綠豆湯      |
| 1/7  | 三  | 生日蛋糕、豆漿 | 鍋貼、酸辣湯                       | 小花卷      |
| 1/8  | 四  | 雞絲麵     | 糙米白飯、炸土魷魚、百菇豆腐煲、季節時蔬、玉米蛋花湯   | 青菜雲吞湯    |
| 1/9  | 五  | 菠菜鮭魚粥   | 糙米白飯、瓜仔肉、炒海帶絲、季節時蔬、蘿蔔排骨湯     | 西點麵包、優酪乳 |
| 1/12 | 一  | 鮮奶、玉米脆片 | 糙米白飯、香煎鮭魚、小黃瓜炒甜不辣、季節時蔬、青菜豆腐湯 | 油豆腐細粉    |
| 1/13 | 二  | 金黃燒賣    | 糙米白飯、炸排骨、蕃茄炒蛋、季節時蔬、紫菜蛋花湯     | 紅豆薏仁湯    |
| 1/14 | 三  | 香菇瘦肉粥   | 什錦炒麵、涼拌小黃瓜、蘿蔔湯               | 芝麻包、燕麥   |
| 1/15 | 四  | 豬肉小餡餅   | 糙米白飯、腰果雞丁、鮮菇蒸蛋、季節時蔬、紫菜蛋花湯    | 綠豆薏仁湯    |
| 1/16 | 五  | 米粉湯     | 糙米白飯、銀芽木耳炒肉片、炒豆干、季節時蔬、味噌湯    | 西點麵包、優酪乳 |
| 1/19 | 一  | 鮮奶、水果穀片 | 糙米白飯、香菇肉燥、玉米筍炒蛋、季節時蔬、青菜豆腐湯   | 金黃燒賣     |
| 1/20 | 二  | 糙米排骨粥   | 糙米白飯、蘿蔔燒肉、百菇豆腐、季節時蔬、竹筍湯      | 紅豆麥片湯    |
| 1/21 | 三  | 香菇雞湯    | 咖哩飯、季節時蔬、百菇湯                 | 黑糖饅頭、豆漿  |
| 1/22 | 四  | 銀魚豆腐羹   | 糙米白飯、三杯杏鮑菇雞、紅蘿蔔炒蛋、季節時蔬、三鮮湯   | 紅豆薏仁湯    |
| 1/23 | 五  | 金黃水煎包   | 茄汁彩蔬豬肉蛋炒飯、味噌蛋花湯              | 西點麵包、優酪乳 |

\*因應特殊情況或課程需求，園方得視情況做菜單上的調整，不便之處，敬請見諒。

\*每天午餐均附時令水果一份，以上餐點寶寶若有不適合，請儘早通知老師。

\*飲品均提供無糖或低糖的飲品。

\*本園一律使用國產豬肉、牛肉食材。



餐點組：幼兒園教 師 林以晴

園主任：

教師兼 黃懿貞  
幼兒園主任

校長：

教師兼 呂盈蓉  
教務主任