

2024臺中市立大安幼兒園 幼兒餐點表【113年01月】

第一週	1/1 (一)	1/2 (二)	1/3 (三)	1/4 (四)	1/5 (五)
早點	2024	薑絲米血糕湯	生日蛋糕+牛奶	冬瓜肉末粥	玉米濃湯
午餐	HAPPY NEW YEAR!	南瓜四色炊飯 蔥爆雞肉 蔬菜排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 醬味蒸魚 紅蘿蔔煎蛋 季節時蔬 枸杞青木瓜湯 四季水果	肉羹麵 芝麻 昆布滷 季節時蔬 四季水果	★(養生紫米飯) 金菇燴豆腐 碧絲炒蛋 季節時蔬 香根蘿蔔湯 四季水果
午點		枸杞銀耳西米露	蕃茄豬肉嫩腐湯	芋頭甜品	饅頭+豆漿
熱量分析		692 Kcal	713 Kcal	625 Kcal	644 Kcal

第二週	1/8 (一)	1/9 (二)	1/10 (三)	1/11 (四)	1/12 (五)
早點	鍋燒麵	穀類脆片+牛奶	饅頭+米漿	皮蛋瘦肉粥	肉燥冬粉
午餐	(紅藜飯) 糖醋魚 毛豆干丁 季節時蔬 大瓜排骨湯 四季水果	(高纖麥片飯) 日式豬肉燴飯 季節時蔬 味噌紫菜湯 四季水果	(營養糙米飯) 玉米炒絞肉 花椰什錦 季節時蔬 蕃茄黃芽湯 四季水果	塔香義式雞肉捲捲麵 炒百菇 結頭菜排骨湯 四季水果	★(營養糙米飯) 菇燴凍豆腐 蔬菜烘蛋 季節時蔬 牛蒡腰果湯 四季水果
午點	桂圓綠豆蒜	鮮肉餛飩湯	枸杞麻油蛋湯	蒸地瓜+牛奶	起司刈包
熱量分析	717 Kcal	688 Kcal	630 Kcal	760 Kcal	714 Kcal

第三週	1/15 (一)	1/16 (二)	1/17 (三)	1/18 (四)	1/19 (五)
早點	肉燥麵線湯	包子+牛奶	陽春乾麵	芋頭鹹粥	日式烏龍湯麵
午餐	(高纖麥片飯) 青蒜燒肉 雙色炒蛋 季節時蔬 鮮採菇菇湯 四季水果	香香水餃 季節時蔬 酸辣湯 四季水果	麵包 銅鑼燒 保久乳 (學校活動餐點)	鮭魚玉米炒飯 松子 煎蛋 冬瓜排骨湯 四季水果	★(營養糙米飯) 洋蔥紅蘿嫩馬鈴薯 塔香大黑干 季節時蔬 青菜蛋花湯 四季水果
午點	馬拉糕+大麥飲	玉米排骨湯	營養吐司+米漿	桂圓紅豆湯	米香+牛奶
熱量分析	681 Kcal	728 Kcal	—	674 Kcal	757 Kcal

第四週	1/22 (一)	1/23 (二)	1/24 (三)	1/25 (四)	1/26 (五)
早點	餡餅+豆漿	高麗菜鹹穀粥	蔥酥蘿蔔糕湯	客家板條湯	菠菜肉絲粥
午餐	(營養糙米飯) 香炒叻仔魚 麻婆大瓜 季節時蔬 豆腐肉絲湯 四季水果	什錦炒麵 滷肉燥 豆薯排骨湯 四季水果	(燕麥飯) 蒜香雞肉煲 炒什香菜 季節時蔬 玉筍排骨湯 四季水果	(營養糙米飯) 圍爐火鍋 四季水果	★(健康小米飯) 三杯麵腸 蕃茄炒蛋 季節時蔬 薑絲海芽湯 四季水果
午點	香菇米粉湯	五香蛋+牛奶	紅棗桂圓小米粥	黑糖捲+牛奶	花生豆花
熱量分析	680 Kcal	689 Kcal	698 Kcal	760 Kcal	672 Kcal

第五週	HAPPY NEW YEAR 2024				
早點					
午餐					
午點					
熱量分析					

美馨人生空中超市(股)有限公司
 ※ 本餐點表食材含有甲殼類、堅果類、牛奶、蛋、芝麻、花生、大豆、魚類、海鮮、芒果、含麩質之穀物及其上述所列製品，不適合對其過敏者食用。幼兒如有過敏 家長請事先告知
HAPPY NEW YEAR 本園餐點一律使用國產CAS豬肉與國產CAS雞肉