

113年

臺南市私立文林幼兒園 112學年度第二學期 2月 餐點表

日期	星期	早餐	午餐		下午點心	全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
			主食	水果					
2/5	一	紅豆吐司、牛奶	玉米肉絲蛋炒飯(玉米、蛋、肉絲、紅蘿蔔、青蔥、青豆)、香煎魚肉、牛蒡排骨湯	蘋果	綠豆地瓜	✓	✓	✓	✓
2/6	二	虱目魚粥(虱目魚肉、高麗菜、肉絲)	五穀飯、冬瓜滷肉(冬瓜、紅蘿蔔、五花肉)、尼龍菜、豆薯蛋花湯	蘋果	芙蓉湯餃(高麗菜、木耳、紅蘿蔔絲、蛋)	✓	✓	✓	✓
2/7	三	雞蛋饅頭、豆漿	糙米飯、麻油豬肉(杏鮑菇、梅花肉、枸杞)、油菜、山東白菜豆腐湯	蘋果	十穀粥	✓	✓	✓	✓
2/8	四	春節連續假期							
2/9	五								
2/12	一	春節連續假期							
2/13	二								
2/14	三								
2/15	四	葡萄吐司、牛奶	五穀飯、五香豆干滷肉(豆干、紅蘿蔔、五花肉)、高麗菜、紫菜蛋花湯	芭樂	銀耳枸杞	✓	✓	✓	✓
2/16	五	鍋燒意麵(花枝、肉絲、小白菜、蛋)	糙米飯、麻油雞(杏鮑菇、紅蘿蔔、雞肉)、菠菜、味噌豆腐湯	芭樂	玉米濃湯(玉米、蛋、洋蔥)	✓	✓	✓	✓
2/17	六	小波蘿、牛奶	香菇雞肉粥(高麗菜、雞肉絲、玉米、紅蘿蔔、香菇)	芭樂	紅豆紫米	✓	✓	✓	✓
2/19	一	奶酥吐司、牛奶	蝦仁肉絲蛋炒飯(肉絲、紅蘿蔔、青蔥、青豆、玉米、蛋、蝦仁)、清蒸魚肉、香菇排骨湯	柳丁	麥片葡萄粥	✓	✓	✓	✓
2/20	二	芋頭鹹粥(香菇、芋頭、肉絲、青蔥)	地瓜飯、海帶滷肉(紅蘿蔔、梅花肉、海帶、車輪)、青江菜、金針蛤蠣湯	柳丁	麻油麵線(高麗菜、肉絲、蛋、薑絲)	✓	✓	✓	✓
2/21	三	鮮奶饅頭、豆漿	五穀飯、日式炸豬排、油菜、番茄豆腐湯	柳丁	燕麥粥	✓	✓	✓	✓
2/22	四	小餐包、牛奶	糙米飯、蒜頭雞(紅蘿蔔、杏鮑菇、雞肉、蒜頭)、高麗菜、玉米蛋花湯	蘋果	香菇肉羹(大白菜、香菇、肉羹)	✓	✓	✓	✓
2/23	五	海鮮米苔目(香菇、花枝、肉絲、小白菜)	咖哩肉絲飯(馬鈴薯、紅蘿蔔、高麗菜、肉絲)、魚肉湯	蘋果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
2/26	一	芋頭吐司、牛奶	洋蔥肉絲蛋炒飯(紅蘿蔔、蛋、玉米、青蔥、青豆、肉絲、洋蔥)、香煎魚片、玉米排骨湯	香蕉	小米粥	✓	✓	✓	✓
2/27	二	海鮮米粉湯(花枝、肉絲、小白菜)	五穀飯、烏蛋滷肉(海帶、紅蘿蔔、烏蛋、五花肉)、空心菜、青菜豆腐湯	香蕉	關東煮(黑輪、木耳、高麗菜、白蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
2/28	三	<b>228 放假一天</b>							
2/29	四	全麥吐司、牛奶	糙米飯、客家小炒(青蔥、豆干、梅花肉、魷魚)、尼龍菜、冬瓜蛤蠣湯	香蕉	紅豆薏仁	✓	✓	✓	✓
3/1	五	南瓜雞肉粥(香菇、雞肉、肉絲、南瓜)	鍋燒意麵(花枝、小白菜、蔥、肉絲、蛋)	芭樂	蘿蔔糕(高麗菜、肉絲、木耳、紅蘿蔔)	✓	✓	✓	✓
3/4	一	花生吐司、牛奶	番茄肉絲蛋炒飯(肉絲、紅蘿蔔、蛋、青豆、玉米)、香煎魚柳條、蘿蔔排骨湯	芭樂	桂圓糯米粥	✓	✓	✓	✓
3/5	二	吻仔魚粥(翡翠、吻仔魚、蛋、肉絲)	地瓜飯、雙色滷肉(紅蘿蔔、白蘿蔔、五花肉)、青江菜、刺瓜魚丸湯	芭樂	蔬菜冬粉(小白菜、花枝、肉絲、蛋)	✓	✓	✓	✓
3/6	三	芝麻饅頭、豆漿	五穀飯、三杯雞(杏鮑菇、雞肉、紅蘿蔔)、高麗菜、海帶芽豆腐湯	柳丁	芋頭甜湯	✓	✓	✓	✓
3/7	四	草莓吐司、牛奶	南瓜飯、筍乾滷肉(五花肉、車輪、筍乾)、尼龍菜、白菜魚肉湯	柳丁	浮水魚羹(大白菜、木耳、筍絲、魚羹)	✓	✓	✓	✓
3/8	五	海鮮瓶條(花枝、肉絲、小白菜、蛋)	廣東粥(高麗菜、魚肉、肉絲、皮蛋、花枝)	柳丁	五穀粥	✓	✓	✓	✓

※本園一律使用國產豬，食材採購時如遇天災、親友家長贈與蔬果…等因素，本園將視情況修改菜單。謝謝！

