

基隆市立安心幼兒園113年一月份午餐點心表

日期	星期	上午點心	營養午餐						下午點心	全穀 雜糧	豆魚 肉蛋	蔬菜	水果
2	二	芹香肉末粥	紅豆飯	京醬肉絲	炒大頭菜	季節鮮蔬	紫菜蛋花湯	時令水果	蒸番薯	◆	◆	◆	◆
3	三	炒板條	小米飯	彩椒雞肉	滷油豆腐	季節鮮蔬	肉骨茶湯	時令水果	燒仙草	◆	◆	◆	◆
4	四	慶生蛋糕/枸杞茶	芝麻飯	薑汁燒肉	洋蔥炒蛋	季節鮮蔬	蓮子薏仁湯	時令水果	滷味	◆	◆	◆	◆
5	五	肉羹湯麵	燕麥飯	清蒸鯛魚	悶南瓜	季節鮮蔬	蒜香雞湯	時令水果	小籠包	◆	◆	◆	◆
8	一	五穀饅頭/香醇牛奶	高麗菜飯			季節鮮蔬	酸辣湯	時令水果	素餛飩湯	◆	◆	◆	◆
9	二	菠菜粥	紅藜飯	橙汁排骨	甜椒炒山藥	季節鮮蔬	蟹肉蛋花湯	時令水果	香Q玉米	◆	◆	◆	◆
10	三	大麵炒	紫米飯	蠔油雞片	紅燒豆腐	季節鮮蔬	蘿蔔排骨湯	時令水果	紅豆湯	◆	◆	◆	◆
11	四	軟Q葡萄麵包	地瓜飯	芝麻里肌	番茄炒蛋	季節鮮蔬	什錦鮮菇湯	時令水果	豆干包湯	◆	◆	◆	◆
12	五	米苔目湯	糙米飯	豆酥魚片	金沙苦瓜	季節鮮蔬	紅棗雞湯	時令水果	水餃	◆	◆	◆	◆
15	一	花捲包/香醇牛奶	炒米粉			季節鮮蔬	羅漢湯	時令水果	雞絲麵	◆	◆	◆	◆
16	二	魚片粥	紅豆飯	京都肉條	洋蔥蘑菇	季節鮮蔬	白菜蛋花湯	時令水果	蒸洋芋	◆	◆	◆	◆
17	三	豆芽乾麵	小米飯	滷雞腿	茄汁豆皮	季節鮮蔬	榨菜肉絲湯	時令水果	薑汁豆花	◆	◆	◆	◆
18	四	起士軟法	芝麻飯	日式壽喜燒	玉米炒蛋	季節鮮蔬	花瓜菇菇湯	時令水果	米粉湯	◆	◆	◆	◆
19	五	麵疙瘩	燕麥飯	糖醋魚片	冬瓜絞肉	季節鮮蔬	山藥雞湯	時令水果	銀絲卷	◆	◆	◆	◆

※配合健康飲食概念，本園提供少油炸、少鹽、少糖等事宜口味。 ※配合世界環境日愛護地球，每周一為環保日(蔬食日)。

※餐點以時令季節盛產食材為主，固本園依當日狀況進行調整菜單，若有異動請多包涵。 ※本園使用國產豬肉食材