**嘉義縣私立資優生幼兒園113學年度第二學期 2 月份餐點表**

**114年 2 月 1日~113年 2 月 28日**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **日期** | | **早 餐** | **午 餐** | | **下午點心** | **自 我 檢 核** |
| 3 | 一 | 喜瑞爾脆片、  紐西蘭牛奶 | 瓜子雞、菜圃烘蛋、豆乳空心菜、海帶芽小丸子湯 | | 古早味粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 4 | 二 | 米漿、米果 | 台式炒米粉、干貝冬瓜湯＊ | | 小芋頭包、黑糖紅棗茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 5 | 三 | 玉米瘦肉粥 | 日式咖哩、芹菜炒豆皮、蘿蔔甜不辣湯 | | 紅豆紫米粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 6 | 四 | 草莓吐司、  豆漿 | 筍片燒肉、韭菜甜不辣、木耳炒小白菜、紫菜蛋花湯＊ | | 冬菜粉絲湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 7 | 五 | 螺絲捲、  麥芽牛奶 | 水餃、  大菜頭小丸子湯 | | 波羅麵包、決明  子枸杞茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 8 | 六 | 燕麥粥 | 黃瓜炒雞丁、蔥燒板豆腐、洋蔥炒蛋、蘿蔔排骨湯 | | 肉燥粿仔條、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 10 | 一 | 菠菜雞茸粥 | 麵輪肉燥、番茄炒蛋、蝦米弧瓜、冬瓜蛤蜊湯＊ | | 綠豆蒜、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 11 | 二 | 蔬菜河粉湯 | 白飯、香菇肉燥、魯貢丸、小黃瓜炒蛋、日式味噌湯 | | 米苔目湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 12 | 三 | 皮蛋瘦肉粥 | 刈包、雞蛋粉絲湯 | | 紅豆湯圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 13 | 四 | 奶酥吐司、  豆漿 | 五香里肌片、茄汁豆包、銀芽炒青椒、大黃瓜貢丸湯 | | 八寶粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 14 | 五 | 黑糖饅頭、  養生茶 | 雞肉飯、油豆腐、油蔥高麗菜、  枸杞牛蒡雞骨湯 | | 外省湯麵、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 17 | 一 | 什錦粥 | 肉末毛豆炒豆乾丁、冬瓜燒豆皮  、豆薯炒蛋、榨菜肉絲湯＊ | | 桂圓糯米粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 18 | 二 | 薯餅、  小麥茶 | 炒客家粄條、海帶芽豆腐湯＊ | | 茶葉蛋、菊花茶  、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 19 | 三 | 雞絲麵 | 蘿蔔燒肉、塔香杏苞菇、蒜炒油菜、山藥玉米排骨湯 ＊ | | 糙米肉末滑蛋粥  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 20 | 四 | 花生吐司、  豆漿 | 蕃茄起司肉末義大利麵、奶油綠花椰菜、玉米濃湯 ＊ | | 鮮奶粉圓、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 21 | 五 | 鮮奶麥片粥 | 五香魚柳、麻婆豆腐、鮮菇燴小白菜、薑絲冬瓜湯 | | 絲瓜豆簽羹、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 24 | 一 | 魚皮瘦肉粥 | 鳳梨木耳炒肉絲、紅絲炒蛋、醬拌地瓜葉、當歸養生湯 ＊ | | 小菜包、桂圓紅棗茶、水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 25 | 二 | 蔬菜湯餃 | 昆布柴魚烏龍湯麵、紅燒獅子頭  ＊ | | 黑輪、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 26 | 三 | 喜瑞爾脆片、  紐西蘭牛奶 | 蔥燒豬肉、蕃茄炒蛋、蒜炒菠菜、紫菜蛋花湯 | | 香菇雞茸粥、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 27 | 四 | 雞蛋吐司、  豆漿 | 洋芋燉肉、蔥花蛋、銀芽炒紅絲、洋蔥小魚味噌湯 ＊ | | 鍋燒意麵湯、  水果 | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
| 28 | 五 |  | 和平紀念日 | |  | ☑全穀根莖類☑蔬菜 ☑豆魚肉蛋類☑水果 |
|  | | | |

**✽本園使用國產豬肉，請家長安心。**

**＊本園使用履歷米-有身分的米，為每一粒米的安全把關** ，**讓孩子吃得安心，家長放心。**