

新北市私立裕德藝術幼兒園113年度第二學期二月份餐點表

日期	早餐	午餐									午點	全穀雜 糧類 份數	油脂類 份數	蔬菜類 份數	乳品類 份數	水果類 份數	豆魚蛋 肉類 份數	熱量 卡
		主食	主菜	副菜二	青菜	湯	水果											
2/3(一)	紫米桂圓吐司 溫牛奶	白飯	沙茶鯛魚片	鯛魚片、麵輪 沙茶醬、九層塔	鐵板豆腐	豆腐、黑豬肉片 蔥、洋蔥、玉米筍	有機 青菜	玉米排骨湯	玉米、黑豬排骨	水果	奶油白醬螺旋麵	5.0	1.1	1.3	0.8	0.3	2.5	720.0
2/4(二)	山藥雞肉粥	五穀飯	薑汁豬肉	薑汁、洋蔥、黑豬里肌肉片	什錦蒲瓜	蒲瓜、蝦米、枸杞、鴻喜菇	有機 青菜	海芽蛋花湯	海芽、雞蛋、黑豬排骨	水果	叉燒包 麥茶	5.5	1.5	1.6	0.0	0.3	2.0	630.5
2/5(三)	香蔥麵包 溫牛奶	油飯	油飯	糯米、黑豬肉絲、香菇、紅蔥頭	洋蔥炒蛋	洋蔥、雞蛋	有機 青菜	芹香貢丸湯	西洋芹、貢丸、黑豬排骨	水果	鍋燒意麵	4.7	1.5	1.5	0.8	0.3	2.0	692.0
2/6(四)	香菇瘦肉粥	白飯	甜椒雞丁	甜椒、洋蔥、雞胸肉 玉米筍	白菜滷	大白菜、木耳 豆皮、金針菇	有機 青菜	香菇雞湯	香菇、雞腿肉、枸杞	水果	烤地瓜 紅棗枸杞茶	5.3	1.3	1.8	0.0	0.3	2.0	612.5
2/7(五)	果香葡萄乾捲 豆漿	白飯	糖醋咕咾肉	番茄醬、黑豬肉角、彩椒	菇菇燒芋頭	香菇、秀珍菇、芋頭	有機 青菜	肉羹湯	肉羹、芋頭、香菇、黑豬排骨	水果	螺絲捲 雙花甘草茶	5.0	2.0	1.7	0.0	0.3	2.2	632.5
2/8(六)	鮮肉包 溫牛奶	白飯	三杯雞	雞腿肉、九層塔、杏鮑菇、薑	西芹素雞	西洋芹、素雞、香菇、彩椒	有機 青菜	南瓜肉片湯	南瓜、黑豬肉片	水果	奶油餐包 洛神花茶	5.3	1.3	1.3	0.8	0.3	2.3	738.0
2/10(一)	蔓越莓吐司 溫牛奶	白飯	親子雞肉燒	雞腿肉、洋蔥、雞蛋、糖、醬油	糖醋豆腸	西洋芹、豆腸、番茄、洋蔥	有機 青菜	翡翠豆腐羹	翡翠、豆腐、筍籤 木耳、雞蛋、香菇	水果	肉絲炒麵	5.5	1.5	1.6	0.8	0.3	2.1	756.5
2/11(二)	廣東粥	五穀飯	蜜汁豬排	黑豬大排、照燒醬	彩椒蒸蛋	彩椒、雞蛋	有機 青菜	野菇蔬菜湯	鴻喜菇、美白菇 洋蔥、柴魚片	水果	滷蛋 決明子茶	5.0	1.7	1.2	0.0	0.3	2.8	642.5
2/12(三)	芋泥麵包 溫牛奶	白飯	豆瓣燒雞	雞胸肉、香菇片、地瓜	紅燒粉絲	冬粉、黑豬絞肉 紅蘿蔔、木耳	有機 青菜	鮮瓜魚丸湯	魚丸、大黃瓜、黑豬排骨	水果	紅豆湯圓	5.6	1.5	1.7	0.8	0.3	2.0	760.0
2/13(四)	竹筍雞肉粥	白飯	泰式檸檬魚	白肉魚片、洋蔥、蒜泥 魚露、香菜、青蔥	芹香炒豆干	豆干、芹菜、木耳	有機 青菜	黃芽排骨湯	黃豆芽、黑豬排骨	水果	玉米烤餅 麥仔茶	5.2	1.1	1.4	0.0	0.3	2.3	604.5
2/14(五)	筍香肉包 豆漿	炒飯	蒜泥白肉	黑豬五花、蒜泥、洋蔥 薑絲、香油、豆芽菜	揚州炒飯	白飯、雞蛋、蝦仁 高麗菜、蔥	有機 青菜	南瓜濃湯	南瓜、玉米粒、奶粉	水果	杯子蛋糕 洛神花茶	5.0	1.7	1.4	0.0	0.3	2.3	617.5
2/17(一)	火腿吐司 溫牛奶	白飯	什錦蝦仁	蝦仁、洋蔥、黃瓜、紅蘿蔔	玉米炒蛋	玉米、雞蛋	有機 青菜	肉骨茶片湯	大白菜、金針菇 肉骨茶包、黑豬肉片	水果	台式炒米粉	5.2	1.5	1.3	0.8	0.3	2.6	758.0
2/18(二)	南瓜吻仔魚粥	五穀飯	鐵板豬柳	黑豬肉絲、洋蔥、鴻禧菇、蘑菇醬	醬燒冬瓜	冬瓜、香菇、薑絲	有機 青菜	酸辣湯	竹筍、黑豬肉絲、木耳、雞蛋	水果	麥克雞塊 雙花甘草茶	5.0	2.3	2.3	0.0	0.3	2.0	649.0
2/19(三)	蔥肉鬆麵包 溫牛奶	白飯	豆酥魚片	豆酥、鯛魚片	肉燥油腐	黑豬絞肉、油豆腐	有機 青菜	味噌豆腐湯	味噌、豆腐、海帶芽	水果	水煮玉米 紅棗枸杞茶	5.5	1.8	1.6	0.8	0.3	2.1	770.0
2/20(四)	滑蛋瘦肉粥	白飯	蘿蔔燉雞	白蘿蔔、紅蘿蔔、雞腿肉	豆芽炒雙菇	黃豆芽、金針菇、香菇	有機 青菜	枸杞山藥湯	黑豬軟骨、山藥、枸杞	水果	油飯 洛神花茶	6.0	1.4	2.2	0.0	0.3	2.0	676.0
2/21(五)	紅糖豆沙包 豆漿	白飯	紅燒獅子頭	獅子頭、大白菜、木耳	三色干丁	豆乾丁、紅蘿蔔 毛豆、玉米	有機 青菜	紫菜蛋花湯	紫菜、金針菇、雞蛋	水果	雞排漢堡 決明子茶	5.0	1.3	2.0	0.0	0.3	2.5	626.5
2/24(一)	芋頭吐司 溫牛奶	白飯	麻香嫩雞腿	雞腿肉、杏鮑菇、麻油、枸杞	什錦炒海絲	海帶絲、黑豬肉絲、紅蘿蔔	有機 青菜	白菜三絲湯	大白菜、紅蘿蔔 木耳、黑豬排骨丁	水果	台式炒板條	5.2	1.5	2.3	0.8	0.3	2.1	753.0
2/25(二)	西芹魚片粥	五穀飯	日式壽喜燒	黑豬梅花肉片、茼蒿、紅蘿蔔、洋蔥	南瓜燴豆腐	南瓜、玉米粒、豆腐、青豆 仁	有機 青菜	蔬菜湯	高麗菜、番茄、黑豬排骨	水果	奶酥麵包 雙花甘草茶	5.3	1.7	1.5	0.0	0.3	2.3	641.0
2/26(三)	地瓜麵包 溫牛奶	白飯	蒜香奶油魚片	白肉魚片、洋蔥、蒜泥、奶油	彩椒長豆	彩椒、長豆 木耳、黑豬肉絲	有機 青菜	黃瓜排骨湯	大黃瓜、黑豬排骨	水果	桂圓紫米粥	5.2	1.5	2.0	0.8	0.3	1.8	727.5
2/27(四)	什錦菇菇雞肉粥	白飯	梅菜控肉	梅乾菜、大頭菜、黑豬五花肉	肉末蒸蛋	黑豬絞肉、雞蛋	有機 青菜	虱目魚丸湯	黑豬大骨、芹菜、虱目魚丸	水果	刈包 麥茶	5.0	1.3	1.6	0.0	0.3	2.5	616.5

本校採用下列廠商食品：包子類(國光) 鮮奶(義美) 麵包(愛美士西點麵包) 冷凍食品類(CAS認證) 豬肉(泓霖、豐得) 雞肉(洽富氣冷雞)、海鮮、非基改豆腐(龍泉果菜行) 青菜(大藝有機蔬菜農場) 營養師：李翊瑄
 午餐後皆備有時令水果 本校無使用輻射產品 本校使用豬肉產地為臺灣

