

新北市私立裕德藝術幼兒園114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											
2/2(一)	紫米桂圓吐司 溫牛奶	白飯	親子雞肉燒	雞腿肉、洋蔥、雞蛋、糖、醬油	鮮菇炒花菜	綠花椰菜、鴻喜菇、木耳	有機青菜	翡翠豆腐羹	翡翠、豆腐、筍籤 木耳、雞蛋、香菇	水果	滑蛋雞絲麵	5.0	1.1	1.3	0.8	0.3	2.5	720.0
2/3(二)	古早味鹹粥	五穀飯	咖哩肉片	黑豬肉片、紅蘿蔔、馬鈴薯	香菇蒸蛋	香菇、雞蛋	有機青菜	野菇蔬菜湯	鴻喜菇、美白菇 洋蔥、柴魚片	水果	叉燒包 仙草茶	5.0	1.5	1.6	0.0	0.3	2.3	613.5
2/4(三)	可頌麵包 溫牛奶	白飯	栗子燒雞	雞胸肉、香菇片 地瓜、栗子	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	桂圓紫米粥	4.7	1.5	1.6	0.8	0.3	1.5	664.5
2/5(四)	菇菇雞肉粥	白飯	樹子蒸魚	鯛魚片、洋蔥、蒜泥 魚露、樹子、青蔥	海帶炒豆芽	綠豆芽、海帶芽 木耳、雞蛋	有機青菜	四神湯	馬鈴薯、薏仁、黑豬軟骨	水果	水餃 麥仔茶	5.3	1.3	1.2	0.0	0.3	2.0	597.5
2/6(五)	紅糖饅頭 豆漿	白飯	蒜泥白肉	黑豬五花、蒜泥、洋蔥 薑絲、香油、豆芽菜	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	三明治 紅棗枸杞茶	5.0	2.0	1.6	0.0	0.3	2.5	648.0
2/9(一)	奶酥吐司 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	肉骨茶片湯	大白菜、金針菇 肉骨茶包、黑豬肉片	水果	香菇麵線糊	4.7	1.5	1.1	0.8	0.3	2.5	712.0
2/10(二)	什錦蔬菜粥	五穀飯	糖醋雞丁	番茄醬、雞胸肉、鳳梨	南瓜燴豆腐	南瓜、玉米粒、豆腐、青豆 仁	有機青菜	酸辣湯	竹筍、黑豬肉絲、木耳、雞蛋	水果	麥克雞塊 麥仔茶	4.8	1.7	1.2	0.0	0.3	2.0	580.5
2/11(三)	克林姆麵包 溫牛奶	白飯	蒜香魚片	白肉魚片、洋蔥、蒜泥	家常冬粉	高麗菜、木耳絲 黑豬絞肉、冬粉	有機青菜	味噌豆腐湯	味噌、豆腐、海帶芽	水果	關東煮	4.6	1.5	1.5	0.8	0.3	1.8	673.0
2/12(四)	廣東粥	白飯	蘋果咖哩雞	雞腿肉、馬鈴薯、蘋果、咖哩	肉末蒸蛋	黑豬絞肉、雞蛋	有機青菜	蔬菜湯	高麗菜、番茄、黑豬排骨	水果	蘿蔔糕 決明子茶	5.0	1.1	1.2	0.0	0.3	2.0	567.5
2/13(五)	芝麻包 豆漿	白飯	梅菜控肉	梅乾菜、大頭菜、黑豬五花肉	松露鮮菇拌飯	白飯、雞蛋、松露 木耳、紅蘿蔔、杏鮑菇	有機青菜	紫菜蛋花湯	紫菜、金針菇、雞蛋	水果	壽桃 雙花甘草茶	4.6	2.0	1.4	0.0	0.3	2.3	603.0
2/16(一)																		
2/17(二)																		
2/18(三)																		
2/19(四)																		
2/20(五)																		
2/23(一)	芋頭吐司 溫牛奶	白飯	沙茶鯛魚片	鯛魚片 沙茶醬、九層塔	肉燥油腐	黑豬絞肉、油豆腐	有機青菜	羅宋湯	高麗菜、番茄、洋蔥、西洋芹	水果	台式米粉	4.7	1.5	1.1	0.8	0.3	2.5	712.0
2/24(二)	滑蛋瘦肉粥	五穀飯	薑汁豬肉	薑汁、洋蔥、黑豬里肌肉片	大黃瓜炒木耳	大黃瓜、木耳、雞蛋、玉米 筍	有機青菜	榨菜肉絲湯	榨菜、黑豬肉絲	水果	蜂蜜蛋糕 柚子茶	5.0	1.8	1.5	0.0	0.3	1.5	576.5
2/25(三)	草莓麵包 溫牛奶	白飯	甜椒雞丁	甜椒、洋蔥、雞胸肉 玉米筍	豆乾炒銀芽	豆乾、豆芽菜、蔥段	有機青菜	高麗蛋花湯	高麗菜、雞蛋、黑豬排骨	水果	八寶粥	4.7	1.5	1.6	0.8	0.3	1.5	664.5
2/26(四)	南瓜玉米粥	白飯	古早味滷肉	黑豬五花、白蘿蔔、茼蒿	菇菇燒芋頭	香菇、秀珍菇、芋頭	有機青菜	枸杞山藥湯	黑豬軟骨、山藥、枸杞	水果	奶油餐包 冬瓜茶	5.3	1.4	1.2	0.0	0.3	2.0	602.0