

財團法人天主教會台北教區附設新北市私立三芝幼兒園

一月份營養餐點表 115.1.1-115.1.31

日期	星期	上午點心	午 餐	下午點心	餐點類別 檢核				
					全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類	
1	四	元旦國定假日							
2	五	湯餃	五穀飯、香菇肉燥、鮪魚炒洋蔥、時令青菜、三絲丸湯、季節水果	蔬菜粥	✓	✓	✓	✓	
5	一	芋頭米粉	雞肉炒麵、玉米湯、季節水果	蛋糕、麥茶	✓	✓	✓	✓	
6	二	雞絲麵	五穀飯、和風照燒雞、芹菜豆包、時令青菜、季節水果、海帶結排骨湯	紫米粥	✓	✓	✓	✓	
7	三	地瓜粥	五穀飯、滷百頁豆腐、紅蘿蔔炒蛋、時令青菜、季節水果、味噌豆腐湯	雞絲麵	✓	✓	✓	✓	
8	四	什錦粥	五穀飯、紅燒肉、毛豆炒蛋、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	肉燥河粉	✓	✓	✓	✓	
9	五	蔬菜吻魚粥	五穀飯、玉米雞丁、魚板蒸蛋、時令青菜、貢丸湯、季節水果	餐包、牛奶	✓	✓	✓	✓	
12	一	味噌拉麵	蔬菜蛋炒飯、季節水果、時令青菜、貢丸湯	綠豆湯	✓	✓	✓	✓	
13	二	清粥小菜	五穀飯、瓜仔肉、紅燒豆腐、時令青菜、冬瓜湯、 季節水果	雞絲麵線	✓	✓	✓	✓	
14	三	客家板條	五穀飯、香菇肉燥、海帶芽炒蛋、時令青菜、玉米排骨湯、季節水果	麵疙瘩	✓	✓	✓	✓	
15	四	烏龍麵	五穀飯、蠔油肉片、黃瓜炒甜不辣、時令青菜、魚丸湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓	
16	五	蔬菜麵線	什錦炒飯、時令青菜、味噌豆腐湯、季節水果	雙色湯圓	✓	✓	✓	✓	
19	一	米苔目	五穀飯、鮪魚炒紅蘿蔔、炒麵輪、時令青菜、魚丸湯、季節水果	吐司、牛奶	✓	✓	✓	✓	
20	二	玉米粥	五穀飯、洋芋燒雞、番茄炒蛋、時令青菜、蓮藕湯、季節水果	廣東粥	✓	✓	✓	✓	
21	三	肉燥河粉	五穀飯、瓜子肉燥、紅燒豆腐、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	五彩鹹粥	✓	✓	✓	✓	
22	四	蔬菜雞絲麵	雞丁炒飯、蠔油燴大陸妹、菱角排骨湯、季節水果	紫米粥	✓	✓	✓	✓	
23	五	什錦麵	五穀飯、糖醋魚片、蠔油豆腐、時令青菜、吻魚味噌湯、季節水果	關東煮	✓	✓	✓	✓	
26	一	清粥小菜	五穀飯、紅燒肉、炒木耳、時令青菜、紫菜蛋花湯、季節水果	甜米苔目	✓	✓	✓	✓	
27	二	肉羹麵	五穀飯、紅蘿蔔炒蛋、滷豆干、時令青菜、蘿蔔湯、季節水果	紅豆湯	✓	✓	✓	✓	
28	三	烏龍麵	五穀飯、蠔油肉片、黃瓜炒甜不辣、時令青菜、魚丸湯、季節水果	小米粥	✓	✓	✓	✓	
29	四	什錦麵	五穀飯、香菇肉燥、螞蟻上樹、時令青菜、三絲丸湯、季節水果	吐司、牛奶	✓	✓	✓	✓	
30	五	雞絲麵	義大利麵、玉米濃湯、季節水果	地瓜粥	✓	✓	✓	✓	

★每日主食為五穀紫米飯、地瓜飯、芝麻飯、白米飯輪替，午餐皆有一份水果。

★本園均依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

★每月青菜、水果以當令季節調配。

★本園肉類食材採用國內在地牛肉、豬肉，向芬芳烹材股份有限公司供應商採買(本園不提供牛肉食材)

★本園未使用輻射污染食品。