

天主教曉星幼兒園二月份營養餐點表 114.2.1-2.28

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	餐點類別檢核				
					全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類	
3	一	水果、豆漿	糙米飯、瓜仔肉、紅燒豆腐、時令青菜、白菜豆皮湯	米粉湯	✓	✓	✓	✓	
4	二	水果、鮮奶	五穀飯、紅燒肉、玉米炒毛豆、時令青菜、海帶芽湯	瘦肉粥	✓	✓	✓	✓	
5	三	水果、糙米漿	洋蔥肉燥麵、時令青菜、味噌湯	紫米紅豆湯	✓	✓	✓	✓	
6	四	水果、豆漿	糙米飯、滷蛋、菇菇燴豆腐、時令青菜、海帶芽湯	牛奶、吐司	✓	✓	✓	✓	
7	五	水果、米漿	茄汁肉醬義大利麵、時令青菜、金針湯	雞絲麵	✓	✓	✓	✓	
8	六	水果、豆漿	雞肉飯、時令青菜、白菜蘿蔔大骨湯	營養穀片、牛奶	✓	✓	✓	✓	
10	一	水果、豆漿	五穀飯、洋蔥滷肉、小魚豆干片、時令青菜、金針湯	八寶湯	✓	✓	✓	✓	
11	二	水果、鮮奶	糙米飯、香菇肉燥、滷豆乾、時令青菜、蘿蔔大骨湯	牛奶、吐司	✓	✓	✓	✓	
12	三	水果、糙米漿	蛋炒飯、時令青菜、蕃茄蛋花湯	湯圓	✓	✓	✓	✓	
13	四	水果、豆漿	糙米飯、瓜仔肉、滷油豆腐、時令青菜、南瓜湯	香菇肉絲粥	✓	✓	✓	✓	
14	五	水果、米漿	大滷麵、時令青菜、蕃茄蛋花湯	絲瓜麵線	✓	✓	✓	✓	
17	一	水果、豆漿	五穀飯、香菇肉燥、香蒜海帶、時令青菜、蔬菜豆腐湯	廣東粥	✓	✓	✓	✓	
18	二	水果、鮮奶	滷蛋、滷豆乾、時令青菜、味噌湯	紅豆湯	✓	✓	✓	✓	
19	三	水果、糙米漿	雞肉飯、時令青菜、玉米蘿蔔湯	米粉湯	✓	✓	✓	✓	
20	四	水果、豆漿	五穀飯、滷肉、滷豆乾、時令青菜、南瓜濃湯	鮮菇蔬菜麵	✓	✓	✓	✓	
21	五	水果、米漿	義大利麵、時令青菜、玉米濃湯	果醬土司、養生茶	✓	✓	✓	✓	
24	一	水果、豆漿	五穀飯、番茄燉肉、香蒜素雞、時令青菜、金菇湯	蛋花冬粉湯	✓	✓	✓	✓	
25	二	水果、鮮奶	滷蛋、紅燒豆腐、時令青菜、蘿蔔大骨湯	營養脆片、牛奶	✓	✓	✓	✓	
26	三	水果、糙米漿	肉燥麵、時令青菜、豆腐湯	小湯圓	✓	✓	✓	✓	
27	四	水果、豆漿	五穀飯、蘿蔔滷肉、紅燒豆腐、時令青菜、海帶芽湯	瘦肉玉米粥	✓	✓	✓	✓	
28	五	228 和平紀念日放假一天				✓	✓	✓	✓

★本園一律使用國產豬肉食材。

★每月青菜、水果以應時產季隨機調配。

★本園依餐點表提供幼兒餐點，如遇特殊狀況將會調整。

