

天主教曉星幼兒園二月份營養餐點表 114. 3. 1-3. 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	豆魚蛋肉類	蔬菜類	水果類
								
3	一	水果、豆漿	糙米飯、紅燒肉、小魚豆干片、時令青菜、紫菜蛋花湯	米粉湯	✓	✓	✓	✓
4	二	水果、鮮奶	糙米飯、滷蛋、蒜香海帶、時令青菜、白菜大骨湯	鮮奶、麵包	✓	✓	✓	✓
5	三	水果、糙米漿	咖哩雞肉飯、時令青菜、大黃瓜大骨湯	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
6	四	水果、豆漿	糙米飯、瓜仔肉、滷豆乾、時令青菜、菜頭湯	鹹粥	✓	✓	✓	✓
7	五	水果、米漿	義大利麵、時令青菜、玉米濃湯	餐包、麥茶	✓	✓	✓	✓
10	一	水果、豆漿	五穀飯、洋蔥滷肉、繽紛炒毛豆、時令青菜、蘿蔔貢丸湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
11	二	水果、豆漿	糙米飯、滷蛋、紅燒豆腐、時令青菜、蘿蔔大骨湯	叻仔魚粥	✓	✓	✓	✓
12	三	水果、鮮奶	酢醬麵、洋蔥炒蛋、時令青菜、南瓜濃湯	雙色湯圓	✓	✓	✓	✓
13	四	水果、糙米漿	雞肉咖哩飯、時令青菜、玉米排骨湯	冬粉湯	✓	✓	✓	✓
14	五	水果、豆漿	蛋炒飯、時令青菜、蔬菜湯	鮮奶、玉米片	✓	✓	✓	✓
17	一	水果、米漿	糙米飯、洋蔥滷肉、滷豆乾、時令青菜、海帶芽湯	小魚粥	✓	✓	✓	✓
18	二	水果、豆漿	糙米飯、紅燒肉、玉米炒毛豆、時令青菜、海帶結排骨湯	米粉湯	✓	✓	✓	✓
19	三	水果、鮮奶	肉燥麵、時令青菜、白菜大骨湯	廣東粥	✓	✓	✓	✓
20	四	水果、糙米漿	五穀飯、滷蛋、菇菇燴豆腐、時令青菜、金菇湯	冬粉湯	✓	✓	✓	✓
21	五	水果、豆漿	義大利肉醬麵、玉米濃湯、時令青菜	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
24	一	水果、米漿	糙米飯、瓜仔肉、小魚豆乾片、時令青菜、玉米蘿蔔大骨湯	葡萄乾粥	✓	✓	✓	✓
25	二	水果、豆漿	糙米飯、薑汁肉片、玉米炒洋芋、時令青菜、羅宋湯	鮮奶、麵包	✓	✓	✓	✓
26	三	水果、鮮奶	小魚蛋炒飯、時令青菜、海帶芽味噌湯	雞絲蛋麵	✓	✓	✓	✓
27	四	水果、糙米漿	糙米飯、香菇滷肉、紅燒豆腐、時令青菜、南瓜濃湯	雙色湯圓	✓	✓	✓	✓
28	五	水果、豆漿	咖哩雞肉飯、時令青菜、羅宋湯	紅豆湯	✓	✓	✓	✓
31	一	水果、鮮奶	五穀飯、洋蔥滷肉、小魚豆乾片、時令青菜、玉米蘿蔔大骨湯	養生粥	✓	✓	✓	✓

- ★ 每月青菜、水果以應時產季隨機調配。
- ★ 因市場供需，餐點會彈性調整。
- ★ 本園一律使用國產豬肉食材。