

臺南市私立法王子托嬰中心 108 學年度第一學期 1 月份餐點表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	五穀根莖類	魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2	四	吐司	養生菇粥 當季水果	葡萄乾饅頭+ 麥茶	米、葡萄乾麵 包、麥	雞蛋	香菇、珍菇 金珍菇、小黃瓜	香蕉、葡萄乾 枸杞
3	五		雞肉蔬菜燴飯 貢丸湯 當季水果	養生雞蛋麵 線	米飯、麵線 玉米	雞蛋、雞肉 貢丸	蔬菜、甜椒、洋 蔥、紅蘿蔔	小蕃茄
6	一	吐司	翡翠炒飯 蕃茄馬鈴薯湯 當季水果	牛奶麵包 +豆漿	米飯、麵包 馬鈴薯	豆漿、肉絲	翡翠、蔬菜 蕃茄、洋蔥	蘋果
7	二		台式炒麵 什錦湯 當季水果	蔬菜丸子+ 麥茶	麵條、煎餃、 麥	肉燥、肉絲	韭菜、豆芽菜、 高麗菜、時菇	木瓜
8	三		洋蔥豬肉燴飯 冬瓜豬肉湯 當季水果 有機時蔬	仙草蜜	米飯	豬肉、排骨	洋蔥、白木耳、 紅蘿蔔、甜椒	蘋果、紅棗
9	四		洋蔥雞湯粥 當季水果	有機饅頭+ 冬瓜茶	米、有機饅頭	雞肉、雞蛋	洋蔥、芹菜 香菇、冬瓜、 金針菇	芭樂
10	五		雞肉漢堡 玉米濃湯 當季水果	餛飩蔬菜湯	玉米、漢堡	雞肉、雞蛋	蕃茄、青菜、洋 蔥	香蕉
13	一	吐司	薑黃菇炒飯 海帶芽芹菜湯 當季水果	可頌麵包+ 決明子茶	米飯、麵包	牛奶、雞蛋	薑黃、香菇、 青豆、海帶芽 芹菜	芭樂
14	二		什錦鍋燒意麵 當季水果	水煮蛋+ 洛神花茶	意麵、玉米	魚板、蝦仁 肉絲、雞蛋	高麗菜、 金針菇、香菇	香蕉、洛神花
15	三		宮保雞丁飯 榨菜肉絲湯 有機時蔬 當季水果	養生芝麻糊	米飯、芝麻、 花生	肉燥、肉絲 雞肉	榨菜、洋蔥、 金針菇、香菇	木瓜

16	四	吐 司	清粥小菜 紅蘿蔔炒蛋 肉鬆 當季水果	有機饅頭+ 菊花茶	米、饅頭	肉絲、雞蛋	高麗菜、香菇、 紅蘿蔔、蕃茄	葡萄
17	五		水餃 酸辣湯 當季水果	紅豆湯	水餃、玉米	豆腐、紅豆	黑木耳、紅蘿蔔	柑橘
20	一	吐 司	南洋風味炒飯 什錦鮮蔬湯 當季水果	牛角麵包+ 豆漿	米飯、麵包 、玉米	雞蛋、豆漿	甜椒、高麗菜、 菠菜、三色豆	鳳梨、芭樂
21	二		日式拉麵 當季水果	果醬吐司+ 牛蒡茶	麵條、薏仁 玉米	豬肉	蔬菜、洋蔥、 青蔥	蘋果
22	三		瓜仔蒸肉飯 蕃茄洋蔥湯 當季水果 有機時蔬	薏仁湯	米飯、薏仁	豬肉	脆瓜、香菇、 蕃茄、洋蔥、 金針菇	小蕃茄
30	四		海鮮粥 當季水果	地瓜饅頭+ 冬瓜茶	米、地瓜饅頭	雞蛋、蝦仁、 魚板、小卷	洋蔥、芹菜 香菇、冬瓜、 金針菇	芭樂
31	五		日式涼麵 味噌豆腐湯 當季水果	肉包+ 決明子茶	涼麵、玉米	豆腐、肉包	小黃瓜、紅蘿蔔	木瓜

以上菜單會因應季節而有所更動！

《本園一律使用國產豬食材》