

113學年度第一學期 臺中市立太平幼兒園幼兒餐點表
(113年8月15日-114年1月31日)

週別	餐別	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
預備週、 6、 12、 18週	早點	營養鮮奶	全麥吐司+果醬	營養鮮奶	蘑菇濃湯	營養鮮奶
	午餐	白飯	小米飯	什錦麵疙瘩	紫米飯	糙米飯
		素肉燥	樹子蒸鱈魚	五香豆干	蔥燒雞	煎豆腐
		蒸蛋	螞蟻上樹	季節時蔬	蛋酥白菜	番茄炒蛋
	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	
	菩提素羹	狗尾雞湯		山藥排骨湯	紅燒三蔬湯	
	水果	水果	水果	水果	水果	
	午點	雞絲麵	綠豆湯	香椿芋頭糕湯	紅豆紫米露	蔬菜鹹粥
第1、 7、 13、 19週	早點	營養鮮奶	肉燥米粉湯	蛋香麵線	營養鮮奶	營養鮮奶
	午餐	紫米飯	白飯	糙米飯	DIY水餃	糙米飯
		焗烤鮮蔬	打拋豬	蔬菜咖哩	涼拌毛豆莢	三杯豆腐
		炒四喜	台式小炒	松子煎蛋	葷酸辣湯	玉米炒時蔬
	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	
	玉米濃湯	海菜銀魚湯	素饅飽湯		味噌什錦蔬菜湯	
	水果	水果	水果	水果	水果	
	午點	羅漢粥	大鮮肉包	銀絲卷+黑豆茶	聰明鮭魚粥	檸檬愛玉(冬、薑汁地瓜湯)
第2、 8、 14、 20週	早點	營養鮮奶	肉絲鮮湯麵	營養鮮奶	香菇肉羹	營養鮮奶
	午餐	小米飯	糙米飯	紅麴炒飯	糙米飯	黑芝麻飯
		金沙苦瓜(杏鮑菇)	泰式雞丁	素鰻魚	肉丸子	紅蘿卜豆腐
		滷豆包	白菜滷麵筋	高麗菜	蒸蛋	素螞蟻上樹
	季節時蔬	季節時蔬	蘿蔔丸子湯	季節時蔬	季節時蔬	
	菩提素羹	大瓜排骨湯		味噌丁香洋蔥湯	竹筍香菇湯(冬、結頭菜)	
	水果	水果	水果	水果	水果	
	午點	香椿山藥粥	小饅頭+紅棗茶	鍋燒麵	夏:仙草蜜/冬:燒仙草	玉米滑蛋粥
第3、 9、 15、 21週	早點	營養鮮奶	鮮肉饅飽湯	營養鮮奶	客家鹹粥	營養鮮奶
	午餐	糙米飯	白飯	烤披薩	糙米飯	白飯
		毛豆苦瓜干	肉燥	季節時蔬	瓜仔雞	麻婆嫩腐
		金沙南瓜豆腐煲	雞絲小黃瓜	玉米濃湯+麵	螞蟻上樹	羅勒煎蛋
	季節時蔬	季節時蔬		季節時蔬	季節時蔬	
	海芽蛋花湯	味噌豆腐湯		大黃瓜福州丸湯	枸杞山藥湯	
	水果	水果	水果	水果	水果	
	午點	薏仁綠豆甜品	皮蛋瘦肉粥	海苔香鬆拌飯	克林姆麵包	馬拉糕+大麥飲
第4、 10、 16、 22週	早點	營養鮮奶	青蔬元寶湯	營養鮮奶	烏龍湯麵	營養鮮奶
	午餐	紫米飯	糙米飯	糙米飯	白飯	素油飯
		滷油腐香姑丸	白切五花肉	糖醋板豆腐	生炒花枝	滷蛋
		紅蔘煎蛋	開陽白菜	炒什錦	洋蔥燻肉絲	季節時蔬
	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	酸辣湯	
	玉米昆布湯	薑絲冬瓜湯	菩提素羹	蒜香蚬湯		
	水果	水果	水果	水果	水果	
	午點	Q嫩愛玉	吻仔魚粥	起司刈包	八寶甜品	蛋香麵線
第5、 11、 17、 23週	早點	營養鮮奶	起司吐司	營養鮮奶	陽春麵	營養鮮奶
	午餐	糙米飯	炒麵	芝麻飯	糙米飯	麥片飯
		滷豆包昆布	柳葉魚	焗烤白菜	三杯雞	玉米炒毛豆
		香菇炒桂竹筍	季節時蔬	松子煎蛋	蒼蠅頭	麻香南瓜
	季節時蔬	蘿蔔排骨湯	季節時蔬	季節時蔬	季節時蔬	
	青蔬芙蓉羹		麻油姑姑湯	銀魚蛋花湯	味噌海帶芽湯	
	水果	水果	水果	水果	水果	
	午點	雙色甜湯	金銀蛋粥	玉米濃湯	蔬菜鹹粥	芋頭椰奶西米露

本園食材一律使用國產豬肉(本園無使用牛肉食材)