

111學年度第一學期臺中市立太平幼兒園幼兒餐點表

(111年8月15日-112年1月19日)

週別	餐別	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
預備週、第6、12、18週	早點	營養鮮奶	全麥吐司+果醬	營養鮮奶	芋頭糕湯	營養鮮奶
	午餐	白飯 素肉燥 蒸蛋 季節時蔬 菇菇健康湯	(健康小米飯) 樹子蒸鱈魚 螞蟻上樹 季節時蔬 九尾雞湯	菩提素炒麵 五香豆干 季節時蔬 竹筍(結頭菜) 香菇丸子湯	(養生紫米飯) 蔥燒雞 蛋酥白菜 季節時蔬 山藥排骨湯	(營養糙米飯) 煎雞蛋豆腐 番茄炒蛋 季節時蔬 紅燒三蔬湯
		水果	水果	水果	水果	水果
		午點	雞絲麵	綠豆湯	素玉米濃湯	紅豆紫米露
週別		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第1、7、13、19週	早點	營養鮮奶	營養鮮奶	蛋香麵線	肉燥米粉湯	營養鮮奶
	午餐	(養生紫米飯) 焗烤鮮蔬 炒四喜 季節時蔬 蘑菇濃湯	DIY水餃 涼拌毛豆 酸辣湯	(營養糙米飯) 蔬菜咖哩 松子煎蛋 季節時蔬 味噌海芽豆腐湯	白飯 打拋豬 台式小炒 季節時蔬 黃瓜排骨湯	(營養糙米飯) 三杯油腐 玉米炒時蔬 季節時蔬 什錦蔬菜湯
		水果	水果	水果	水果	水果
		午點	羅漢粥	皮蛋瘦肉粥	紅豆麵包	高麗菜包
週別		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
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	(香香芝麻飯) 麻婆嫩腐 素螞蟻上樹 季節時蔬 四物三根湯	(營養糙米飯) 蔥油雞 白菜滷 季節時蔬 大瓜福州丸湯	紅麴炒飯 素鰻魚 高麗菜 蘿蔔丸子湯	(營養糙米飯) 肉丸子 蔥花蛋 季節時蔬 味噌丁香洋蔥湯	(健康小米飯) 金沙杏鮑菇 滷豆包 季節時蔬 菩提素羹
		水果	水果	水果	水果	水果
		午點	玉米滑蛋粥	小饅頭+紅棗茶	雞絲麵	芋頭椰奶西米露
週別		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第3、9、15、21週	早點	營養鮮奶	鮮肉餛飩湯	營養鮮奶	客家鹹粥	營養鮮奶
	午餐	(營養糙米飯) 滷素鮑魚菇 白玉金湯 季節時蔬 竹筍(結頭菜) 香菇丸子湯	白飯 肉燥 涼拌雞絲小黃瓜 季節時蔬 味噌鮭魚湯	烤披薩 季節時蔬 玉米濃湯	(營養糙米飯) 瓜仔雞 螞蟻上樹 季節時蔬 香菇肉羹	(燕麥飯) 香椿鑲素雞 白菜滷 季節時蔬 四物豆皮栗子湯
		水果	水果	水果	水果	水果
		午點	薏仁綠豆甜品	皮蛋瘦肉粥	羅漢粥	克林姆麵包
週別		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
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	(養生紫米飯) 滷油腐香菇丸 紅蔘煎蛋 季節時蔬 玉米昆布湯	(營養糙米飯) 白切五花肉 開陽白菜 季節時蔬 薑絲冬瓜湯	(健康小米飯) 芋丁炒玉米毛豆 魚香茄子 季節時蔬 翠綠蛋花湯	白飯 香煎鮭魚 洋蔥炒肉絲 季節時蔬 蒜香蚬湯	(營養糙米飯) 豆腐燒鵝蛋 炒什錦 季節時蔬 菩提素羹
		水果	水果	水果	水果	水果
		午點	Q嫩豆花	吻仔魚粥	洋芋鹹粥	八寶粥
週別		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第5、11、17週	早點	營養鮮奶	起司吐司	營養鮮奶	陽春麵	營養鮮奶
	午餐	(營養糙米飯) 滷豆包昆布 香菇炒桂竹筍 季節時蔬 青蔬芙蓉羹	炒麵 柳葉魚 季節時蔬 芋頭排骨湯	(香香芝麻飯) 焗烤白菜 羅勒烘蛋 季節時蔬 味噌豆腐海帶芽湯	(營養糙米飯) 三杯雞 蒼蠅頭 季節時蔬 銀魚蛋花湯	(高纖麥片飯) 玉米炒毛豆 麻香南瓜 季節時蔬 十全大補湯
		水果	水果	水果	水果	水果
		午點	紅豆湯	廣東粥	玉米濃湯	蛋香麵線

本園食材一律使用國產豬肉(本園無使用牛肉食材)