

崇學國小附幼 2 月份餐點表

日期		上午	食材明細	下午	食材明細	水果
2/5	三	滑蛋瘦肉粥	高麗菜, 雞蛋, 豬肉, 白米, 玉米	蔬菜餛飩湯	小白菜, 餛飩	橘子
2/6	四	鮮菇糯米湯	糯米條, 白菜, 肉絲, 香菇	紅豆紫米粥	紅豆, 紫米	蓮霧
2/7	五	麻油肉絲冬粉湯	豬肉, 高麗菜, 冬粉	麵包+鮮奶	麵粉, 奶油, 雞蛋, 酵母	西瓜
2/10	一	陽春麵	麵條, 韭菜, 白菜, 肉燥	什錦愛玉	愛玉, 珍珠, 粉角, 糖水	橘子
2/11	二	雞蓉玉米粥	雞肉, 高麗菜, 玉米, 白米	奶油餅+麥茶	麵粉, 奶油, 雞蛋	蓮霧
2/12	三	葡萄饅頭+豆漿	葡萄乾, 麵粉, 黃豆	蔥抓餅+冬瓜茶	麵粉, 豬油, 蔥	西瓜
2/13	四	鍋貼+海帶湯	高麗菜, 絞肉, 蔥, 海帶	小白菜魚丸湯	白菜, 魚丸	橘子
2/14	五	無辣酸辣湯	木耳, 紅蘿蔔, 金針菇, 豆腐, 肉絲	麵包+鮮奶	麵粉, 奶油, 雞蛋, 酵母	蓮霧
2/17	一	烏龍湯麵	烏龍麵, 豬肉, 白菜, 蛤蜊	鬆餅+麥茶	雞蛋, 麵粉, 奶油	西瓜
2/18	二	鮭魚玉米粥	鮭魚, 玉米, 白米, 高麗菜	浮水魚羹	魚羹, 筍絲, 高麗菜	橘子
2/19	三	蘿蔔糕湯	蘿蔔糕, 韭菜, 豆芽, 肉絲	綠豆湯	綠豆	蓮霧
2/20	四	肉包+豆漿	豬肉, 麵粉	玉米	玉米	西瓜
2/21	五	滷蛋+紫菜湯	紫菜, 雞蛋	麵包+鮮奶	麵粉, 奶油, 雞蛋, 酵母	橘子
2/24	一	味增拉麵	拉麵, 豬肉, 小白菜	黑糖粉圓	黑糖, 粉圓	蓮霧
2/25	二	虱目魚粥	虱目魚, 米, 芹菜	草莓吐司+冬瓜茶	草莓醬, 吐司	西瓜
2/26	三	巧達濃湯	紅蘿蔔, 雞蛋, 杏鮑菇, 玉米, 馬鈴薯	枸杞銀耳湯	枸杞, 白木耳, 冰糖	橘子
2/27	四	蔥花捲+豆漿	蔥花, 麵粉	珍珠丸子+蜜茶	糯米, 豬肉, 玉米	蓮霧

※點心設計以低油、低鹽、低糖及高纖維、高鈣之三低二高為原則，以符合六大類營養素熱量來源比例，均衡攝取各類食物

※每日餐點均含全穀雜糧類、豆魚蛋肉類、蔬菜類及水果類等四大類食物

※本園點心食材一律使用本土國產肉品

※因應低碳校園生活，每週三為蔬食日

承辦人：

教師林紀華

園主任：

教師侯宜寧

圖戳章：

