

私立長庚學校財團法人長庚科技大學附設桃園市實驗幼兒園

107 學年度第一學期 1 月份餐點表

		一	二	三	四	五
第一週	早點心		01/01	01/02 時令水果兩種	01/03 時令水果兩種	01/04 時令水果兩種
	午餐		元旦放假	• 什錦烏龍麵 • 時令蔬菜	• 米飯 • 蒜四季豆 • 時令蔬菜 • 糖醋鯛魚	• 米飯 • 胡蘿蔔炒蛋 • 時令蔬菜 • 洋蔥杏鮑菇
	午點心			酸辣湯	大頭菜湯	玉米湯
第二週	早點心	01/07 時令水果兩種	01/08 時令水果兩種	01/09 時令水果兩種	01/10 時令水果兩種	01/11 時令水果兩種
	午餐	• 米飯 • 絞肉麵輪 • 時令蔬菜 • 吻仔魚蒸蛋	• 米飯 • 瓜子蒸肉 • 時令蔬菜 • 芹菜甜不辣	• 咖哩雞燴飯 • 時令蔬菜	• 米飯 • 土魷魚塊 • 時令蔬菜 • 蛤蠣絲瓜	• 米飯 • 醬燒秀珍菇豆腐 • 時令蔬菜 • 滷大白菜
	午點心	筍片湯	山藥排骨湯	南瓜濃湯	金針花湯	絲瓜菇湯
第三週	早點心	01/14 時令水果兩種	01/15 時令水果兩種	01/16 時令水果兩種	01/17 時令水果兩種	01/18 時令水果兩種
	午餐	• 米飯 • 洋蔥豬柳 • 時令蔬菜 • 糖醋麵腸	• 米飯 • 壽喜燒豬肉 • 時令蔬菜 • 什錦炒豆皮	• 香菇肉羹麵 • 時令蔬菜	• 米飯 • 清蒸鯛魚 • 時令蔬菜 • 毛豆炒蛋	• 米飯 • 皮蛋豆腐 • 時令蔬菜 • 紅蘿蔔燉菇
	午點心	芹菜魚丸湯	蓮藕排骨湯	蘿蔔貢丸湯	味噌湯	蘿蔔香菇湯
	滑蛋瘦肉粥	關東煮	紅豆湯	蘿蔔糕湯	吐司	

【註】*水果之廠商為「四季水果食品公司」；餐點由廚工烹調：麵包之廠商為「英吉利手工麵包坊」

*菜單設計原則— 包含五大類營養素 / 視廚餘調整份量 / 經本校營養老師審核

*食物烹調原則— 切細小塊 / 質地需軟 / 不加生食（如：不加未煮熟之蔥花）/ 口味較淡（如：低糖低鹽、不加辣椒等）

營養老師：

園長：

經辦：

廚工：