



財團法人天主教會嘉義教區附設嘉義縣私立星海幼兒園



114年2月幼生餐點計畫

日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/3 一	滑蛋雞絲麵	白飯、蘿蔔燉肉、季節時蔬、大頭菜湯、時令水果	綠豆薏仁湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/4 二	南瓜粥、散蛋	白飯、香菇肉燥、季節時蔬、大黃瓜湯、時令水果	肉燥陽春麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/5 三	番茄蛋花湯餃	鮮蔬義大利麵、玉米濃湯、時令水果	奶香西米露	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/6 四	小餐包、麥茶	五穀米飯、和風燒肉、季節時蔬、玉米排骨湯、時令水果	關東煮	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/7 五	高麗菜雞茸粥	咖哩豬排飯、養生菇菇湯、時令水果	鍋燒意麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/8 六	麻油麵線	白飯、京醬肉絲、季節時蔬、冬瓜蛤蜊湯、時令水果	玉米脆片、牛奶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/10 一	廣東粥	白飯、蠔油豆腐煲、季節時蔬、肉骨茶湯、時令水果	鹹菜冬粉	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/11 二	奶香玉米通心麵	白飯、筍干滷肉、季節時蔬、味噌豆腐湯、時令水果	紅豆湯圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/12 三	蔬菜湯餃	白飯、瓜仔肉燥、季節時蔬、芹菜丸子湯、時令水果	草莓吐司、牛奶	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/13 四	銀絲卷、豆漿	什錦大滷麵、綜合滷味、時令水果	黑糖粉圓	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/14 五	地瓜粥、肉鬆	白飯、五香鹹豬肉、季節時蔬、玉米蘿蔔湯、時令水果	紅豆紫米	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/17 一	鍋燒意麵	白飯、醬油滷肉、季節時蔬、味噌蚬仔湯、時令水果	皮蛋瘦肉粥	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/18 二	肉燥米粉湯	鮭魚炒飯、季節時蔬、紫菜蛋花湯、時令水果	米苔目	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/19 三	關東煮	白飯、蒜泥白肉、季節時蔬、五行蔬菜湯、時令水果	雞蛋布丁	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/20 四	古早味擔仔麵	水餃、酸辣湯、時令水果	彩色小饅頭、豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/21 五	清粥、蔥蛋	白飯、紅燒豆包、季節時蔬、榨菜肉絲湯、時令水果	鹽水意麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
日期	早餐	午餐	點心	自我檢核
2/24 一	麵線羹	白飯、鮮菇滷冬瓜、季節時蔬、薑絲魚皮湯、時令水果	番薯芋圓湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/25 二	餛飩湯	竹筍鹹粥、滷鵝蛋、時令水果	菜頭粿湯	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/26 三	板條湯	白飯、泰式打拋豬、季節時蔬、青菜豆腐湯、時令水果	滑蛋雞絲麵	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/27 四	清粥、紅蘿蔔炒蛋	白飯、豆皮滷肉、季節時蔬、番茄蛋花湯、時令水果	全麥吐司、豆漿	<input checked="" type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input checked="" type="checkbox"/> 水果類 <input checked="" type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input checked="" type="checkbox"/> 蔬菜類
2/28 五		和平紀念日放假一天		<input type="checkbox"/> 全穀根莖類 <input type="checkbox"/> 水果類 <input type="checkbox"/> 豆魚蛋肉類 <input type="checkbox"/> 蔬菜類

- 本園一律採用國產豬肉食材。每日午餐飯後皆備有當季水果。
- 當月餐點表於月初公告於網站中。
- 餐點設計採少油、少鹽、少糖為烹飪的健康三大原則。
- 如有特殊情形或慶典活動時，本園餐點將作適當修改。
- 本菜單內含有牛奶、蛋、含麩質之穀物、大豆、魚類等其製品，若不適合、對其過敏體質食用者，請告知班導師。

