

新北市興仁國小附設幼兒園112學年度第一學期1月份菜單

| 日期 | 星期 | 早點 | 午 餐 | | | | | | 午點 | 餐點類別檢核表 | | | |
|------|----|----------|--------|-------|-------|------|--------|------|---------|-----------|-----------|-----|-----|
| | | | 主食 | 主菜 | 副菜一 | 副菜二 | 湯 | 水果 | | 全穀 雜糧類 | 豆魚 蛋肉類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 1/2 | 二 | 鮮奶吐司+麥茶 | 紫米飯 | 紅燒肉 | 日式蒸蛋 | 有機蔬菜 | 黃豆芽大骨湯 | 時令水果 | 紅豆湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/3 | 三 | 蛋餅+鮮奶 | 素咖哩飯 | | | 有機蔬菜 | 金針花湯 | 時令水果 | 什錦湯麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/4 | 四 | 蔬菜雞肉粥 | 八寶飯 | 醬炒雞丁 | 清炒絲瓜 | 有機蔬菜 | 海帶芽湯 | 時令水果 | 甜玉米 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/5 | 五 | 芝麻包+決明子茶 | 胚芽飯 | 清蒸魚片 | 客家小炒 | 有機蔬菜 | 紫菜金菇湯 | 時令水果 | 生日蛋糕 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/8 | 一 | 香煎蘿蔔糕+鮮奶 | 紫米飯 | 蔥爆里肌肉 | 家常豆腐 | 有機蔬菜 | 蘿蔔湯 | 時令水果 | 烏龍麵 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/9 | 二 | 肉絲粿仔條湯 | 蝦仁蛋炒飯 | | | 有機蔬菜 | 黃瓜大骨湯 | 時令水果 | 奶皇包+豆漿 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/10 | 三 | 芋香饅頭+鮮奶 | 胚芽飯 | 素炒什錦 | 醬燒杏鮑菇 | 有機蔬菜 | 薑絲冬瓜湯 | 時令水果 | 果醬吐司+麥茶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/11 | 四 | 什錦冬粉湯 | 雜糧飯 | 香菇肉燥 | 玉米炒蛋 | 有機蔬菜 | 貢丸湯 | 時令水果 | 地瓜甜湯 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/12 | 五 | 玉米脆片+鮮奶 | 白米飯 | 蒜泥白肉 | 茄汁豆包 | 有機蔬菜 | 青菜蛋花湯 | 時令水果 | 饅頭+米漿 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/15 | 一 | 小籠包+麥茶 | 肉醬義大利麵 | | | 有機蔬菜 | 味增魚片湯 | 時令水果 | 甜湯圓 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/16 | 二 | 高麗菜肉末粥 | 八寶飯 | 芝麻棒棒腿 | 麻婆豆腐 | 有機蔬菜 | 馬鈴薯蘿蔔湯 | 時令水果 | 全麥吐司 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/17 | 三 | 芋泥甜包+鮮奶 | 胚芽飯 | 三杯素麵腸 | 蔥花煎蛋 | 有機蔬菜 | 魚丸湯 | 時令水果 | 關東煮 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/18 | 四 | 什錦湯麵 | 白米飯 | 瓜子蒸肉 | 毛豆三丁 | 有機蔬菜 | 味噌海帶芽湯 | 時令水果 | 銀絲卷+麥茶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |
| 1/19 | 五 | 全麥吐司+麥茶 | 鍋貼 | | | 有機蔬菜 | 番茄蛋花湯 | 時令水果 | 蘇打餅乾+鮮奶 | ✓ | ✓ | ✓ | ✓ |

備註：(1) 為了配合學校環境減碳政策，每週三將進行蔬食日。(2) 本餐點食譜內容，將視幼兒口味、天氣冷熱、教學活動所需而隨機調整。(3) 設計者:陳老師
 ☆本園一律使用「國產豬」、「本校未使用輻射污染食品」、「使用新鮮現打國產蛋」

承辦人:

教保員王巧蘋

園主任:

教師兼歐恩兒
幼兒園主任

校長:

校長楊順宇