基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園114學年度上學期

1月份　　幼兒餐點單

*本校附幼餐點一律使用國產肉品食材

日期	星期	上午點心 9：30	下午點心 2：30	全穀雜糧類	豆魚蛋肉類	蔬菜水果類	奶類
2	五	南瓜鷄腿湯	水果+優格	○	○	○	○
5	一	玉米紅蘿蔔排骨湯	水果+保久乳	○	○	○	○
6	二	鱸魚玉米粥	水果+養生茶	○	○	○	
7	三	水煮蛋加毛豆+米豆漿	水果+保久乳	○	○	○	○
8	四	蒜味鮮蝦義大利麵	水果+養生茶	○	○	○	
9	五	黑糖薑地瓜湯	水果+優格	○	○	○	
12	一	番茄菇菇鷄腿湯麵	水果+保久乳	○	○	○	○
13	二	清蒸鱈魚	水果+養生茶		○	○	
14	三	肉鬆海苔飯糰+米豆漿	水果+保久乳	○	○	○	○
15	四	米苔目湯	水果+養生茶	○	○	○	
16	五	吻仔魚毛豆排骨粥	水果+優格	○	○	○	
19	一	鮮蝦餛飩烏龍麵	水果+保久乳	○	○	○	○
20	二	鮭魚豆腐味增湯	水果+養生茶	○	○	○	
21	三	肉包子+米豆漿	水果+保久乳		○	○	○
22	四	貢丸米粉湯	水果+養生茶	○	○	○	
23	五	白蘿蔔排骨粥	水果+優格	○	○	○	

承辦人：　　園主任：　　健康中心：　　校長：

基隆市七堵區復興國民小學附設幼兒園114學年度上學期
一月份　　餐點材料明細單(21人)

- 本園餐點設計原則：

1. 餐點設計配合四季節氣，以營養均衡、維護健康、提升身體素質為原則，以當季原型食材為優先，以自製為主，並留意當學年幼兒個別飲食禁忌。
2. 上午以養生甜湯、暖身煲湯、麵食、粥品或米食、中式單品均分；下午以當季水果+健康飲品為主，健康飲品包含牛乳、優格、米豆漿、健康養生茶飲。
3. 肉類以雞肉、海鮮為主，豬肉另驗萊劑。
4. 米類以白米、糙米、多穀米、紫米、小米均衡搭配。

- 本園幼生過敏源食物：C10-堅果類(含芝麻、花生等)，供餐時請留意飲食調整。

紅字:訂購、(黑字):自購/存貨				
日期	星期	上午點心9：30	食材品項	下午點心2：30
2	五	南瓜雞腿湯	甜玉米5隻、小排骨0.6公斤、紅蘿蔔4條、洋蔥4顆 (南瓜、2隻雞腿去骨)	水果+保久乳
5	一	玉米紅蘿蔔排骨湯	高麗菜1顆、水果1樣	水果+保久乳
6	二	鱸魚玉米粥	青蔥0.3、水果1樣、蛋30顆 (玉米罐、鱸魚排、五穀米)	水果+養生茶
7	三	水煮蛋加毛豆+米豆漿	(雞蛋、毛豆)	水果+保久乳
8	四	蒜味鮮蝦義大利麵	蒜頭0.3公斤、九層塔1包、玉米筍去可殼0.6公斤、蔥0.3公斤、水果1樣 (蝦、義大利麵)	水果+養生茶
9	五	黑糖薑地瓜湯	地瓜6顆手掌大可、番茄5大顆、去骨鷄腿3隻、鴻禧菇2包	水果+優格
12	一	番茄菇菇鷄腿湯麵	水果1樣 (番茄5大顆、去骨鷄腿3隻、鴻禧菇2包、麵)	水果+保久乳
13	二	清蒸鱈魚	鱈魚4片、板豆腐2盒、青蔥0.3公斤、水果1樣 (樹子1瓶)	水果+養生茶
14	三	肉鬆海苔飯糰+米豆漿	紅蘿蔔4條 (肉鬆、海苔、米)	水果+保久乳

15	四	米苔目湯	芹菜約 0.2 公斤、瘦肉絲 0.3 公斤、米苔目 1 包、水果 1 樣	水果+養生茶
16	五	吻仔魚毛豆排骨粥	花椰菜 1 朵、吻仔魚 0.3 公斤、排骨 0.6 公斤、蛋 2 盒 （毛豆 1 包）	水果+優格
19	一	鮮蝦餛飩烏龍麵	水果 1 樣、白菜 0.3 公斤 （鮮蝦餛飩、烏龍麵）	水果+保久乳
20	二	鮭魚豆腐味增湯	水果 1 樣、蔥 0.3 公斤 （鮭魚、板豆腐）	水果+養生茶
21	三	肉包子+米豆漿	（肉包）	水果+保久乳
22	四	貢丸米粉湯	水果 1 樣、芹菜 0,3 公斤 （蝦米、米粉、貢丸）	水果+養生茶
23	五	白蘿蔔排骨粥	白蘿蔔中型 1 條、瘦絞肉 0.3 公斤、小排骨 0.6 公斤 （蝦米、乾香菇）	水果+優格