

國立中興大學附屬臺中高級農業職業學校員工子女非營利幼兒園 (委託臺中市興幼教育學會辦理)

114年02月－114年07月 幼兒餐點表

第一週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	玉米脆片 牛奶	鮮奶饅頭 豆漿	鮮蔬雞肉粥	芝麻包 牛奶	日式鍋燒意麵
午 餐	香菇肉羹燴飯 三杯杏鮑菇 水果	白米飯 梅干扣肉 綠花椰炒玉米筍 季節蔬菜 紫菜蛋花湯 水果	紅藜飯 白菜獅子頭 菇菇炒肉末 番茄豆腐湯 水果	五穀飯 蔥油雞 蔥蛋 季節蔬菜 豆皮香菇貢丸湯 水果	蘑菇焗烤飯 香酥雞塊 黃金薯條 南瓜濃湯 水果
下午點心	銀耳南瓜紅棗湯	蔬菜什錦麵	香酥蘿蔔糕 決明子茶	銀魚滑蛋粥	慶生蛋糕 麥茶

第二週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	餐包 牛奶	南瓜雜糧饅頭 豆漿	肉鬆海苔飯糰 豆漿	全麥吐司 豆漿	南瓜粥
午 餐	金瓜炒米粉 蘿蔔滷油腐 芹菜魚丸湯 水果	地瓜飯 滷肉小貢丸 紅蘿蔔蛋 季節蔬菜 冬瓜蛤蜊湯 水果	水餃 什錦湯 水果	薏仁飯 日式蒸蛋 味增燒鯛魚片 季節蔬菜 白菜什錦湯 水果	胚芽飯 紅燒肉 照燒香菇豆腐 季節蔬菜 結頭菜排骨湯 水果
下午點心	菠菜玉米雞茸粥	蔬菜麵	芋頭西米露	牛奶燕麥粥	吐司披薩 決明子茶

第三週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	鮮奶饅頭 牛奶	廣東粥	醬燒肉包 16穀粉漿	奶酥餐包 豆漿	鮮奶吐司 優酪乳
午 餐	夏威夷炒飯 台式玉米濃湯 水果	小米飯 烤鯖魚 雙色炒肉末 季節蔬菜 南瓜排骨湯 水果	咖哩豬肉飯 季節蔬菜 蘿蔔玉米貢丸湯 水果	紅藜飯 清蒸肉餅 玉米炒蛋 季節蔬菜 花椰菜湯 水果	蕎麥飯 花瓜雞肉丁 紅燒豆腐 季節蔬菜 鮮味蛤蜊湯 水果
下午點心	蔬菜雞絲麵	叉燒包 麥茶	紅豆芋圓湯	絲瓜麵線	水煮蛋 麥茶

第 四 週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	蔬菜叻仔魚粥	美濃板條湯	小籠湯包 豆漿	奶酥餐包 牛奶	香菇瘦肉粥
午 餐	糙米飯 香滷雞腿排 豆干炒肉絲 季節蔬菜 九尾草排骨湯 水果	紅藜飯 蒜香蒸魚豆腐 招牌肉醬 季節蔬菜 養生蔬菜湯 水果	什錦炒麵 五香豆干 蒜頭雞湯 水果	地瓜飯 滷馬鈴薯五花肉 洋蔥蛋 季節蔬菜 玉米昆布排骨湯 水果	胚芽飯 糖醋魚 醬燒塔香麵腸 季節蔬菜 鳳梨苦瓜雞湯 水果
下午點心	雜糧饅頭 牛奶	花生芝麻小湯圓	紫米紅豆粥	大滷麵	饅頭夾蛋 豆漿

第 五 週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	古早味鹹粥	黑糖饅頭 牛奶	鮮肉雲吞湯	地瓜雞蓉粥	芝麻饅頭 牛奶
午 餐	糙米飯 茄汁魚片 豆瓣蒸豆腐 季節蔬菜 大黃瓜排骨湯 水果	胚芽飯 芋香蒸肉 三絲腐皮 季節蔬菜 竹筍排骨湯 水果	日式烏龍麵 綜合滷味 水果	五穀飯 杏鮑菇燒雞 番茄炒蛋 季節蔬菜 白玉肉絲湯 水果	燕麥飯 東坡肉 方丁豆乾炒毛豆 季節蔬菜 柴魚味增鮮魚湯 水果
下午點心	綠豆粉圓	鮮蔬意麵	烤地瓜 決明茶	銀絲卷 柚子茶	番茄麵

◆ 說明：

1. 此份菜單內的食物，必要時可用同類食物做代換。
2. 青菜以季節性蔬菜為主，烹調方式亦多採清淡方式處理。
3. 食材的挑選配合孩子咀嚼技巧的發展程度。
4. 遵照專家建議：本園幼兒餐點設計每日供應蔬菜類食物，每天至少使用未精製全穀雜糧類1/3份量取代精緻穀類，每週2.5次以上100%乳品，以及每天提供季節性水果。
5. 為慶祝慶生會活動，當日午餐提供孩子喜愛的餐點，每月僅提供一次炸食。
6. 本園食用之豬肉，皆為大通蔬菜行所供應，「一律採用國產豬、牛肉食材」，敬請家長放心。

◆ 我們的餐點是為寶貝們精心調配，期盼寶貝健康成長；若寶貝對某些食物有過敏或不適，請提早告知老師！