

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)

113年08月—114年01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	牛奶 玉米脆片	清粥小菜	綜合水果餐	牛奶 芝麻包	鮮魚粥
午餐	地瓜飯 三杯雞 蔬菜玉子燒 季節蔬菜 白玉排骨湯	白飯 紅燒魚 蔥爆豆干 季節蔬菜 香菇雞湯 水果	沙茶肉片燴飯 季節蔬菜 薑絲冬瓜湯	蕎麥飯 茄汁排骨 彩椒豆包 季節蔬菜 蒜頭蚬湯 水果	肉醬蘑菇義大利麵 雞塊 薯條 玉米濃湯 水果
下午點心	綜合水果餐	綠豆薏仁湯	古早味陽春麵	上海油豆腐 細粉	決明子茶 慶生蛋糕

第二週

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	牛奶 黑糖饅頭	瓠瓜粥	牛奶 綜合水果餐	鍋燒意麵	豆漿雙色圓
午餐	咖哩雞肉飯 季節蔬菜 竹筍排骨湯	白飯 豆鼓排骨 醬燒豆腐 季節蔬菜 鮮菇湯 水果	五穀飯 椒鹽鯛魚 玉米炒肉末 季節蔬菜 木瓜枸杞排骨湯	南瓜飯 五香滷肉 香芹煎蛋 季節蔬菜 蕃茄雞肉湯 水果	炒客家米苔目 滷豆皮&鵪鶉蛋 季節蔬菜 山藥排骨湯 水果
下午點心	綜合水果餐	地瓜粉圓	香Q蔥油餅 麥茶	銀耳蓮子湯	青蔬蘿蔔糕湯

第三週

星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	牛奶 原味餐包	豆漿 銀絲卷	綜合水果餐	牛奶 果醬全麥土司	小米甜粥
午餐	糙米飯 香菇肉燥 魯蛋 季節蔬菜 四神排骨湯	滷香蔬菜 乾拌麵 水果 九尾草雞湯	小米飯 香滷雞腿 蘆筍玉米筍炒菇 季節蔬菜 玉米排骨湯	紅藜飯 樹子蒸魚 滷肉小豆干 季節蔬菜 瓜瓜肉片湯 水果	白飯 和風雞 木耳炒三絲 季節蔬菜 昆布排骨湯 水果
下午點心	綜合水果餐	桂圓大麥薏仁粥	起司荷包蛋 冬瓜檸檬	薑汁豆花	香菇米粉湯

## 第 四 週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	牛奶 原味餐包	豆漿 叉燒包	綜合水果餐	牛奶 鮮奶饅頭	日式關東煮
午 餐	麻油雞飯 鴻喜三菇湯 季節蔬菜	白飯 魯肉排 竹筍炒肉絲 季節蔬菜 昆布豆芽排骨湯 水果	五穀時蔬炒飯 季節蔬菜 蓮藕排骨湯	紫米飯 橙汁燒魚 涼拌海帶芽 季節蔬菜 牛蒡排骨湯 水果	白飯 香菇豆輪滷肉 番茄炒蛋 季節蔬菜 結頭菜排骨湯 水果
下午點心	綜合水果餐	鴨肉冬粉	鍋貼	水果茶 豆沙包	紅豆湯圓

## 第 五 週

星 期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午點心	牛奶 奶皇包	枸杞茶 醬燒肉包	綜合水果餐	牛奶 椰子麵包	南瓜肉末粥
午 餐	燕麥飯 蒜味蠔油豬 甜豆炒甜不辣 季節蔬菜 蔬菜豆腐湯	五穀飯 五色豬 南瓜燴豆腐 季節蔬菜 紫菜蛋花湯 水果	白飯 栗子燒雞 韭菜蛋 季節蔬菜 蓮子排骨湯	胚芽飯 清蒸鱈魚 蔬食三鮮 季節蔬菜 白玉貢丸湯 水果	豬肉壽喜飯 季節蔬菜 味增豆腐海帶湯 水果
下午點心	綜合水果餐	冬瓜仙草蜜	紅棗桂圓茶 紅豆包	愛玉檸檬	客家版條

### ◆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，每週至少使用未精緻全穀雜糧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！