

臺南市私立哈波特幼兒園 114 學年度第一學期 115.2 月份餐點表

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午 餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
2	(一)	鮮奶饅頭+ 牛奶(麵粉、 酵母、牛奶)	雞肉燴飯(雞肉、紅蘿 蔔、鷹嘴豆、黑木耳、 高麗菜)	香蕉	紫米粥(紫 米)	√	√	√	√
3	(二)	高麗菜粥(白 米、高麗菜)	古早味湯麵(肉絲、豆 芽菜、萆菜、蛋)	香蕉	紅豆湯(紅 豆)	√	√	√	√
4	(三)	麥片牛奶粥 (麥片、牛 奶)	肉絲蛋炒飯(雞蛋、紅蘿 蔔、高麗菜、肉絲)、菇 菇湯(金針菇、鴻喜菇)	香蕉	蔥香麵線 (麵線、青 蔥)	√	√	√	√
5	(四)	銀絲卷+豆漿 (麵粉、黃 豆)	蕃茄雞蛋湯麵(蕃茄、 雞蛋、肉絲、小白菜)	香蕉	叻仔魚滑蛋 粥(白米、 叻仔魚、雞 蛋)	√	√	√	√
6	(五)	滑蛋雞絲麵 (菠菜、蛋 花、鴻喜菇)	什錦蛋炒飯(三色豆、 洋蔥、肉絲、香菇、雞 蛋)、紫菜蛋花湯(紫 菜、青蔥、雞蛋)	香蕉	白木耳湯 (白木耳)	√	√	√	√
9	(一)	葡萄麵包+ 牛奶(葡萄 乾、麵粉、牛 奶)	什錦炒米粉(高麗菜、 洋蔥、蘿蔔絲、香菇、 肉絲)、味噌豆腐湯	柳丁	絲瓜瘦肉麵 線(絲瓜、 豬絞肉、麵 條)	√	√	√	√
10	(二)	水餃+麥茶(高 麗菜、豬肉、 麥茶)	全園圍爐吃火鍋	柳丁	小米粥(小 米)	√	√	√	√
11	(三)	絲瓜麵線(絲 瓜、麵線)	火鍋食材料理	柳丁	芋頭西米露 (芋頭、西 米露)	√	√	√	√
12	(四)	蛋花粥(雞 蛋、白米)	什錦湯麵(麵條、黑木 耳、豆腐、雞蛋、高麗 菜、餃類)	柳丁	南瓜粥(南 瓜、白米)	√	√	√	√
13	(五)	菠菜湯麵(菠 菜、麵條)	什錦炒飯(白飯、香菇、 九層塔、肉絲、紅蘿蔔 絲)、海帶芽湯(海帶芽)	柳丁	蔬菜餛飩湯 (大白菜、 麵粉、豬肉)	√	√	√	√

日期	星期	上午點心 (詳列主要食材)	午餐 (詳列主要食材)	水果 (詳列名稱)	下午點心 (詳列主要食材)	全穀莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
23	(一)	玉米濃湯(玉米、雞蛋)	滑蛋燴飯(雞蛋、紅蘿蔔、馬鈴薯、黑木耳)	蘋果	薏仁粥(薏仁)	V	V	V	V
24	(二)	小餐包+牛奶 (麵粉、牛奶)	什錦炒麵(高麗菜、香菇、紅蘿蔔、肉絲)、香菇雞湯(雞肉、香菇)	蘋果	紅豆大麥粥 (紅豆、大麥)	V	V	V	V
25	(三)	草莓吐司+牛奶 (草莓醬、麵粉、牛奶)	地瓜飯(地瓜、白米)、叻仔魚炒蛋(叻仔魚、雞蛋)、炒菠菜(菠菜)、玉米排骨湯(玉米、排骨)	蘋果	粿仔條湯 (麵粉)	V	V	V	V
26	(四)	滑蛋湯麵(雞蛋、麵條、菠菜)	白飯、茄子肉絲(茄子、豬肉)、炒高麗菜(高麗菜)、蒲仔大骨湯(蒲瓜、大骨)	蘋果	關東煮(米血、白蘿蔔、黑輪)	V	V	V	V

- ♥ 本園食用有機蔬菜、米飯以白米與糙米、五穀米輪流混合烹調、當季水果。
- ♥ 每月餐點內容物偶遇季節氣候因數而做滾動式調整。
- ♥ 本園餐點食材儘不食用加工性食品。
- ♥ 本園豬肉食品均食用台灣豬，敬請家長們放心。

