

臺南市立仁德幼兒園112學年第2學期2月份食譜表

日期	上午點心		中餐						下午點心					
餐點	餐點	乳飲品	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果	餐點	水果	五穀根莖類	豆魚肉蛋奶類	蔬菜類	水果類
2/16 (五)	蜂蜜蛋糕	燕麥奶	素羹麵			蘋果牛奶	滷蛋	水果	烤地瓜	麥茶				
	蜂蜜 雞蛋麵粉	燕麥奶	油麵	金針菇 素羹 素火腿 小白菜	白蘿蔔丁 玉米粒 鮮香菇 蒜仁	蘋果牛奶	滷蛋	棗子	黃心冰烤番薯 烤地瓜	炒麥	V	V	V	V
	肉鬆三角御飯糰		水餃	酸辣湯餃			豆干滷海帶	水果	牛奶車輪餅		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶類	蔬菜類	水果類
2/17 (六)	肉鬆 米 小黃瓜		水餃	龍骨 板豆腐 桶筍絲	金針菇 水洗 豬血	紅蘿蔔 (不削皮)青蔥	海帶結 豬腱肉 大豆干	蘋果	奶由 麵粉 糖		V	V	V	V
	芋泥包	鮮奶	白飯	彩椒豬柳條	蒜炒豆芽菜	日式蒸蛋	蔬菜菇菇湯	水果	牙齒肉圓		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶類	蔬菜類	水果類
2/19 (一)	芋頭 麵粉 酵母	鮮奶	白米	豬柳肉 黃甜椒 紅甜椒 蒜仁	豆芽菜 韭菜 蒜	水洗蛋 蒜仁	高麗菜絲 鮮香菇 玉米塊	茂谷	在來米粉、 樹薯粉 絞肉 醬油 鹽		V	V	V	V
	起司蛋糕		糙米飯	蔥爆雞丁	蒜炒油菜	咖哩白花椰菜	蘿蔔排骨湯	水果	玉米濃湯		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶類	蔬菜類	水果類
2/20 (二)	玉米粉 麵粉 起司粉 蛋		糙米 白米	去骨雞胸肉丁 青蔥 老薑 醬油	油菜	洋蔥 咖哩粉花椰菜	白蘿蔔丁 優酪乳小瓶優酪	棗子	玉米濃湯包 包馬鈴薯丁 蛋 玉米 洋蔥		V	V	V	V

	蔥抓餅	豆漿	麵	餛飩蔬菜湯麵		綜合滷味		水果	小雞塊	麥茶	五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2/21 (三)	蔥蛋麵粉 鹽巴沙拉 油	豆漿	關廟麵	餛飩 小白菜 竹輪	龍骨 綠豆芽	大豆干 豬腱肉		蘋果	雞塊 麵粉 沙 拉油	炒麥	V	V	V	V
2/22 (四)	草莓厚片土 司		糙米飯	香酥柳葉魚	洋蔥炒蛋	蒜炒大陸妹	牛蒡排骨湯	水果	粉圓豆花		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
	麵粉 草莓 醬		糙米 白米	裹粉柳葉魚	洋蔥 水洗蛋	大陸妹 蒜少許	牛蒡片 鮮香菇	香蕉	豆花 粉圓 砂 糖 冬瓜磚		V	V	V	V
	黑糖小銀絲 捲	燕麥奶	白飯	三杯菇菇紫菜 糕	紅蘿蔔炒蛋	薑炒絲瓜	紫菜蛋花湯	水果	綠豆 地瓜丁		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2/23 (五)	黑糖 蛋 麵粉 椰子 油	燕麥奶	白米	素米血(切) 老薑 九層塔 蒜仁	紅蘿蔔絲 水洗蛋	絲瓜(刨皮)	紫菜 水洗蛋	水果拼 盤	綠豆 糖 地 瓜丁		V	V	V	V
	杯子蛋糕	鮮奶	海鮮魚柳粥				綜合滷味	水果	香蒜法國麵包	麥茶	五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2/26 (一)	蛋 砂糖 麵 粉 鮮奶油	鮮奶		雞絞肉 鮮香菇 鮮筍絲 小捲	薑絲 蒜仁	豆干 醬油 桶豬腱肉	蘋果	麵粉 蛋 蒜 鹽	炒麥		V	V	V	V
	肉鬆三明治		糙米飯	杏鮑紫蘇梅雞	玉米炒蛋	蒜炒大陸妹	皇帝豆龍骨湯	水果	白菜餛飩湯		五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2/27 (二)	肉鬆 麵粉 鹽 糖 奶油		糙米 白米	蛤蜊 蝦仁 杏鮑紫蘇梅雞	玉米粒 水洗蛋	大陸妹 蘋果調味乳	皇帝豆 香菜 龍骨	茂谷	小白菜 餛飩 龍骨		V	V	V	V
	小肉包		地瓜飯	蔥爆雞丁	蒜炒青江菜	番茄炒蛋	匏瓜排骨湯	水果	港式蘿蔔糕	麥茶	五穀根莖類	豆魚肉蛋奶	蔬菜類	水果類
2/29 (四)	麵粉 絞肉 鹽巴		白米 地瓜	清胸雞肉丁 小黃瓜	青江菜 蔥 老薑	番茄 蛋 青蔥	匏瓜 排骨	香蕉	在來米、白蘿 蔔	炒麥	V	V	V	V

承辦人：護士楊雲雲

★本園一律使用國產豬食材(不提供牛肉) 採用水洗蛋

★本園部分食材含有 蛋 魚類 大豆 甲殼類 牛奶 花生 芝麻等不適合對其過敏體質者食用。

園長：園長 石素瑜

家長簽名：

★本園提供教育部校園食材登入平臺2.0

