



臺南市佳里區仁愛國民小學附設幼兒園 109 學年度第 1 學期 1 月份餐點表



日期	星期	上午點心	午餐	水果	下午點心	全穀根莖	魚肉蛋豆	蔬菜類	水果類
1/4	一	蔬菜蛋餅 綠豆汁	燕麥飯、麻油雞、泡菜豆芽、芝麻菠菜、榨菜肉絲湯	小番茄	關東煮湯	✓	✓	✓	✓
1/5	二	雞絲麵	白飯、糖醋炸豆腐、白菜黑輪、薑炒有機油菜、番茄金針蛋花湯	香蕉	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
1/6	三	廣東粥	大滷麵湯、三杯炒滷味、保久乳	蘋果	小牛角 豆漿	✓	✓	✓	✓
1/7	四	枸杞麵線	麥片飯、沙茶肉絲、高麗菜炒干片、炒大陸妹、蘿蔔文蛤湯	橘子	鴨肉冬粉	✓	✓	✓	✓
1/8	五	蔬菜拉麵	五穀飯、南瓜咖哩雞、黃瓜貢丸、有機時蔬、紫菜蛋花湯	香蕉	小雞塊 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
1/11	一	叻仔魚粥	五穀飯、地瓜排骨、炒高麗菜、薑炒有機油菜、紫菜蛋花湯	橘子	鍋貼 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
1/12	二	湯餃	白飯、蟹黃豆腐煲、鮮味花椰菜、小瓜鮮蔬甜不辣、檸檬愛玉	蓮霧	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
1/13	三	西點麵包 養樂多	鍋燒泡飯、綜合鹹酥雞、豆奶	香蕉	茶葉蛋 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
1/14	四	鍋燒意麵	白飯、塔香雞腿肉、田園白菜、炒有機時蔬、山藥排骨湯	柳丁	三色豆花	✓	✓	✓	✓
1/15	五	蘿蔔糕 低糖麥茶	五穀飯、筍乾豬肉、芝麻菠菜、大黃瓜烏蛋、大頭菜米血湯	蓮霧	玉米蘿蔔魚 丸湯	✓	✓	✓	✓
1/18	一	地瓜粥拌魚 鬆	五穀飯、瓜仔肉、培根高麗菜、炒波菜、鮮菇雞湯	柳丁	雞蛋糕 低糖麥茶	✓	✓	✓	✓
1/19	二	小籠包 綠豆汁	白飯、車輪油豆腐、番茄豆腐蛋、薑炒油菜、紫菜蛋花湯	香蕉	玉米脆片 鮮奶	✓	✓	✓	✓
1/20	三	壽司 低糖麥茶	玉米雞粒粥飯、綜合關東煮、保久乳	柳丁	休業式	✓	✓	✓	✓
用餐 天數：12.5 天		備註： ☆1/13(三)1 月份慶生會 ☆1/20 休業式，寒假 1/21~2/17 ☆本園一律使用國產豬、牛肉及符合食品安全標章食材！ ☆餐點若有變更，以當日實物為準！ ☆培養幼兒飲食均衡每日皆提供當季新鮮水果！							

製表：

教保員蔡美鳳

園主任：

教師兼附設  
幼兒園主任 陳月霜

校長：

臺南市佳里區  
仁愛國民小學校長 楊宗穎

