

新北市瑞芳區瑞柑國小附設幼兒園 111 學年度第二學期 2 月餐點表

日期	星期	上午點心	午餐						下午點心	每日食物類別一覽表			
			主食	主菜	副菜	有機蔬菜	湯	其他		全穀根莖類	豆魚肉蛋類	蔬菜類	水果類
13	一	鍋燒意麵	地瓜飯	塔香鹹酥雞	胡蘿蔔炒蛋	味美菜	蕃茄蛋花湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
14	二	小肉包+米漿	芝麻飯	馬鈴薯燉肉	三色蛋	荷葉菜	味增豆腐湯	水果	鮮奶玉米脆片	✓	✓	✓	✓
15	三	田園蔬菜粥	雞肉咖哩飯	花枝丸		小芥菜	金針排骨湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
16	四	蔥抓餅+豆米漿	五穀飯	瓜子肉燥	煎雞蛋豆腐	黑葉菜	牛蒡雞湯	水果	綜合 QQ 芋園	✓	✓	✓	✓
17	五	生日蛋糕+鮮奶	香米飯	鳳梨蝦球	韭菜甜不辣	青松菜	蘿蔔肉羹湯		水果+糙米漿	✓	✓	✓	✓
18	六	白菜餛飩湯	海鮮炒麵	龍鳳腿		高麗菜	海帶蛋花湯	水果	水煮蛋+養生茶	✓	✓	✓	✓
20	一	蛋香雞絲麵	地瓜飯	滷小雞腿	蕃茄炒蛋	小松菜	香菇雞湯		水果+豆漿	✓	✓	✓	✓
21	二	起司饅頭+米漿	芝麻飯	香煎豬肉排	三杯杏鮑菇	蘿蔓菜	冬瓜蛤蜊湯	水果	甜玉米+養生茶	✓	✓	✓	✓
22	三	皮蛋瘦肉粥	五穀飯	紅燒魚片	螞蟻上樹	小白菜	蘿蔔丸子湯		水果+鮮奶	✓	✓	✓	✓
23	四	蘿蔔糕湯	香米飯	蔥爆豬柳	煎荷包蛋	青松菜	山藥排骨湯	水果	雞蛋糕+養生茶	✓	✓	✓	✓
24	五	銀絲卷+鮮奶	肉燥乾麵	滷豆干海帶	滷烏蛋	波士頓	玉筍鮮菇湯		水果+豆米漿	✓	✓	✓	✓

餐點老師：

教師李姿瑩

主任：

郭佳惠

校長/園長

校長王淑芬

備註：

(一)依「幼兒園教保服務實施準則」第 12 條：本園提供符合幼兒年齡及發展需求之餐點。以自行烹煮方式為原則，其供應原則如下：

1. 營養均衡、衛生安全及易於消化。 2. 少鹽、少油、少糖。 3. 避免供應刺激性及油炸類食物。

4. 每日均衡提供六大類食物。 5. 本園肉類食材，採用國內在地豬肉，向錦棟商行採買。

(二)每月發餐點表給家長參閱，若孩子身體有特殊狀況需要個別調整，請家長再跟老師說。