

# 小森林幼兒園 115 年 1 月份餐點類別檢核表

日期	星期	上午點心	午餐	下午點心	全穀 根莖 類	豆 魚 肉 蛋 類	蔬 菜 類	水 果 類
1	四		元旦放假					
2	五	造型蛋糕+麥茶	蘿蔔燒肉+紅絲炒蛋+青菜+牛蒡大骨湯	山藥肉末粥	V	V	V	V
5	一	大滷湯餃	壽喜燒+西滷白菜+青菜+三絲湯	肉燥冬粉	V	V	V	V
6	二	糙米肉粥	黃金花枝丸+番茄炒蛋+青菜+蘿蔔湯	烏龍麵	V	V	V	V
7	三	什錦麵線	京醬肉絲+螞蟻上樹+青菜+冬瓜大骨湯	紅豆薏仁	V	V	V	V
8	四	玉米巧達湯	醣醬麵+芋頭大骨湯	黑糖饅頭+青蔬湯	V	V	V	V
9	五	數字餅+麥茶	滷雙色+毛豆乾丁+青菜+小魚青蔬湯	南瓜元氣粥	V	V	V	V
12	一	青蔬麵線	安東燉雞+蔬菜羹+青菜+雙色蘿蔔湯	綠豆粉圓	V	V	V	V
13	二	廣東粥	紅糟肉+五蔬蛋+青菜+海芽湯	日式鍋燒麵	V	V	V	V
14	三	小籠包+豆漿	故鄉滷肉飯+青菜+黃瓜貢丸湯	美濃板條	V	V	V	V
15	四	大根燒麵	花生麵筋+炒三色+青菜+黃豆大骨湯	奶皇包+海芽湯	V	V	V	V
16	五	蘋果麵包+麥茶	沙茶豬柳+麻婆豆腐+青菜+冬瓜蛤蠣湯	玉米肉粥	V	V	V	V
19	一	滑蛋麵線	香酥天婦羅+蒸蛋+青菜+日式豆腐湯	紅豆燕麥	V	V	V	V
20	二	鴨肉冬粉	瓜子肉+什錦豆腐+青菜+白菜腐皮湯	素湯麵	V	V	V	V
21	三	吻魚高鈣粥	義大利麵+哈佛精力湯	奶酥麵包+麥茶	V	V	V	V
22	四	麵疙瘩	咖哩雙色+玉米燴蛋+青菜+昆布湯	韭香米粉	V	V	V	V
23	五	吐司+牛奶	蒸肉餅+豆瓣粉絲+青菜+五行湯	芋香肉粥	V	V	V	V
26	一	蘿蔔糕湯	雞米花+時蔬燴蛋+青菜+洋蔥湯	地瓜芋圓	V	V	V	V
27	二	燕麥粥	馬鈴薯燒肉+木耳干片+青菜+蘿蔔大骨湯	台南意麵	V	V	V	V
28	三	香菇麵線	肉絲蛋炒飯+山藥湯	雙色饅頭+麥茶	V	V	V	V
29	四	三絲冬粉	芋頭三丁+素汶冬瓜+青菜+牛蒡養生湯	沙茶米粉	V	V	V	V
30	五	法國餅+南瓜濃湯	玉米肉醬+蒜香豆腐+青菜+海帶大骨湯	海鮮粥	V	V	V	V

**\* 每日午餐均附有新鮮水果 \***

**\* 本園一律使用國產豬 \***