

桃園市立觀音幼兒園 108年01月餐點表

週別	星期	日期	早上點心	午 餐					下午點心	營養成分 (份數)								
				主食	主菜	副菜	青菜	湯		五穀	豆魚	蔬菜	水果	乳品	油脂	熱量		
第19週	二	01/01		元旦休假														
	三	01/02	油豆腐細粉	蔬食日	茄汁蛋炒飯	紅燒烤麩	季節時蔬	香菜結頭湯	水果	鮮蔬滑蛋肉末粥	5.0	2.0	1.5	1.0	0.0	1.7	673	
	四	01/03	鮭魚三明治+優酪乳	麥片飯	味噌魚片	肉末馬鈴薯	有機青菜	山藥排骨湯	水果	茶葉蛋+鮮蔬湯	4.6	1.8	1.3	1.0	0.5	2.6	730	
	五	01/04	慶生蛋糕+無糖麥茶	麵食餐	鐵板麵	雙色花椰	吉園圃菜	白菜凍腐湯	水果	蒸餃+味噌湯	4.8	2.1	1.4	1.0	0.0	1.2	663	
第20週	一	01/07	銀絲卷+豆漿	薏仁飯	蔥燒雞丁	黃瓜錦絲	吉園圃菜	玉米蛋花湯	水果	雙薯甜湯	4.8	1.7	0.7	1.0	0.0	1.1	662	
	二	01/08	營養穀片+鮮奶	糙米飯	回鍋肉片	鹽酥甜不辣	有機青菜	洋芋紅蘿蔔湯	水果	麥片絞肉粥	4.7	1.9	1.2	1.0	0.5	1.7	699	
	三	01/09	麻油麵線蛋	蔬食日	日式雙菇燉飯	滷味拼盤	季節時蔬	薑絲冬瓜湯	水果	紅豆薏仁湯	5.0	1.2	1.5	1.0	0.0	2.0	701	
	四	01/10	芝麻包+優酪乳	五穀飯	蘿蔔燒肉	田園四寶	季節時蔬	黃芽海結湯	水果	及第粥	4.0	1.6	1.0	1.0	0.5	1.2	604	
	五	01/11	什錦羹湯	米食餐	芋頭米粉湯	五香滷蛋	吉園圃菜		水果	自製黑糖豆花	4.5	2.1	1.2	1.0	0.0	2.0	725	
第21週	一	01/14	日式關東煮	蕎麥飯	蕪菁燒肉	白菜滷	吉園圃菜	蕃茄元氣湯	水果	綜合燒仙草	4.9	1.8	1.6	1.0	0.0	1.8	732	
	二	01/15	海綿蛋糕+鮮奶	麥片飯	洋蔥嫩雞丼	冬瓜肉末	有機青菜	蓮藕大骨湯	水果	鮮蔬水晶餃	4.5	2.1	1.5	1.0	0.5	1.8	713	
	三	01/16	什錦雞絲麵	蔬食日	夏威夷炒飯	茼蒿炒鮮菇	季節時蔬	薏仁蔬菜湯	水果	布丁	5.0	1.5	1.3	1.1	0.0	2.0	661	
	四	01/17	紅豆餐包+優酪乳	紅扁豆飯	豆豉蒸魚	紅燒獅子頭	吉園圃菜	黃瓜鮑菇湯	水果	雞塊+蛋花湯	4.8	2.0	1.3	1.0	0.5	2.0	731	
	五	01/18	白饅頭+豆漿	麵食餐	台南擔擔麵	蔥燒油豆腐	季節時蔬		水果	地瓜粥+肉鬆	5.1	2.6	0.7	1.0	0.0	1.8	712	
寒輔	一	01/21	包子+鮮奶	麵食餐	客家粿條湯	滷翹腿			水果	綠豆麥片湯	4.9	1.8	1.6	1.0	0.5	1.8	732	
	二	01/22	桂冠雲吞湯	五穀飯	京醬豬柳	黃瓜燴蝦仁	季節時蔬	蘿蔔大骨湯	水果	玉米絞肉粥	4.5	2.1	1.5	1.0	0.0	1.8	713	
	三	01/23	果醬吐司+優酪乳	蔬食日	蔬香拌飯	茄汁豆包		牛蒡養生湯	水果	米苔目甜湯	5.0	1.5	1.3	1.1	0.5	2.0	661	
	四	01/24	肉末麵線羹	糙米飯	家常雞丁	紅蔘炒蛋	季節時蔬	白菜肉片湯	水果	芋頭糕湯	4.8	2.0	1.3	1.0	0.0	2.0	731	
	五	01/25	紅糖饅頭+養生茶	紫米飯	香菇肉燥	螞蟻上樹	季節時蔬	木瓜枸杞湯	水果	干貝海鮮粥	5.1	2.6	0.7	1.0	0.0	1.8	712	

註 ※若遇不可抗拒之天然災害導致影響產地農產品之收成，本公司可適度與校方共識調整菜單。