**台南市麻豆區文正國小附設幼兒園111年第二學期1-4週午餐表**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 星期 | 菜色名稱/食材名稱 | 全榖根莖類 | 豆魚肉蛋類 | 蔬菜類 | 水果類 |
| 2/13 | 一 | 米飯(白米)、菲式滷肉(月桂葉、黑胡椒粒、蒜仁、豬肉丁)、清蒸臭豆腐(素臭豆腐、毛豆腐、毛豆仁、黑木耳、蒜仁、金針菇、蔥、絞肉、紅蘿蔔、辣椒)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、冬菜粉絲湯(冬菜、冬粉)、保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/14 | 二 | 米飯(白米)、三杯雞(九層塔、蒜末、薑母片、雞骨腿)、翡翠鮮味蒸蛋(雞蛋、蔥花、翡翠、蟹腿肉之蟹棒絲、乾木耳絲)、薑絲有機黑葉白菜(薑絲、有機黑葉白菜)、酸白菜臭豆腐湯(金針菇、腐皮、嫩豆腐、酸白菜、素臭豆腐)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 2/15 | 三 | 糙米飯(糙米、白米)、蒜味蒸魚(蒜末、青蔥、鱸魚、辣椒)、洋蔥炒蛋(洋蔥、蛋)、蒜香菠菜(蒜仁、菠菜)、香菇雞湯(香菇、雞骨腿、薑片)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/16 | 四 | 米飯(白米)、薑汁燒肉(火鍋肉片、薑片、薑汁泥、薑絲)、泡菜炒玉米(韓式泡菜、蒜末、絞肉、甜玉米)、蒜香綠花菜(蒜仁、綠花菜)、蘿蔔湯(柴魚、白蘿蔔、中排丁)、黃豆奶 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/17 | 五 | 米飯(白米)、麻油雞丁(雞骨腿丁、老薑片)、炸銀絲卷(銀絲卷)、薑絲乃龍(薑絲、乃龍)、紫菜蛋花湯(紫菜、雞蛋、蔥)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 2/18 | 六 | 黑米飯(紫米、白米)、蒲燒鰻魚(蒲燒鰻、高麗菜、白芝麻)、咖哩燒豆腐(豆腐、紅蘿蔔、冷凍毛豆仁、咖哩粉、非基改甜玉米粒、蒜末)、蒜香地瓜葉(蒜仁、地瓜葉)、大頭菜湯(大頭菜、香菜、肋排)、保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/20 | 一 | 米飯(白米)、剝皮辣椒魚(紅辣椒、石斑魚片)、麻婆豆腐(粗絞肉、板豆腐、薑末、青蔥、蒜末)、蒜香油菜(蒜仁、油菜)、當歸高麗菜湯(高麗菜、薑母、當歸)、優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/21 | 二 | 蕎麥飯(蕎麥、白米)、柚子雞(柚子醬、雞腿肉)、紅蘿蔔炒蛋(紅蘿蔔、蛋、蒜末、蔥)、薑絲有機奶油白菜(薑絲、有機奶油白菜)、薑汁地瓜甜湯(地瓜、薑汁)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 2/22 | 三 | 米飯(白米)、清蒸鱸魚片(白鱸、青蔥、薑絲)、黑木耳滷豆乾(蒜仁、豆乾、紅蘿蔔、黑木耳)、油蔥大陸妹(油蔥酥、大陸妹)、關東煮湯(傳統黑輪丁、CAS米血丁、白蘿蔔)、蔬果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/23 | 四 | 麵包、皮蛋瘦肉粥(皮蛋、腿肉絲、蔥末、非基改甜玉米粒、油條、蛋、白米)、金皇燒賣(燒賣)、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、堅果、AB乳果 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 2/24 | 五 | 五穀飯(五穀米、白米)、泰式檸檬雞(雞腿丁、蒜末、檸檬汁、香菜)、荷包蛋(蛋)、蒜香白花菜(蒜仁、白花菜)、菌菇湯(鮮香菇、杏鮑菇、鴻喜菇、金針菇、蔥、薑絲)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 2/27 | 一 | 228和平紀念日連假 | | | | |
| 2/28 | 二 |
| 3/1 | 三 | 米飯(白米)、蔥燒魚(青蔥、旗魚、洋蔥、薑絲、毛豆仁、蒜仁)、毛豆炒蛋(毛豆、雞蛋)、櫛瓜時蔬(櫛瓜、玉米筍、紅蘿蔔、濕木耳、蒜仁)、雞絲麵線湯(金豬雞絲麵、油蔥酥、腿肉絲)、100%柳橙綜合果汁 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 3/2 | 四 | 紅藜飯(紅藜麥、白米)、滷肉飯(蒜末、絞肉、紅蔥頭)、燴干貝刺瓜(小干貝、刺瓜、鵪鶉水煮蛋、蒜末、紅蘿蔔)、蒜香有機高麗菜(蒜仁、高麗菜)、海帶芽味噌湯(海帶芽乾、味噌)、陽光樂豆乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 3/3 | 五 | 米飯(白米)、梅乾燒雞(梅乾菜、蔥、骨腿、薑母、蒜仁)、小黃瓜炒香腸(小黃瓜、蒜末、香腸)、芥藍炒肉絲(芥藍、蒜末、豬肉絲)、刺瓜魚丸湯(刺瓜、魚丸)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/6 | 一 | 小米飯(小米、白米)、紅燒排骨(蔥、蒜仁、薑母、排骨)、沙茶粉絲(冬粉、紅蘿蔔、高麗菜、沙茶、蒜末、粗絞肉)、豆鼓水蓮(豆鼓、水蓮、蒜末)、筍絲湯(桶筍)、保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 3/7 | 二 | 米飯(白米)、瓜仔燉雞(花瓜片、骨腿、蔥、薑母、蒜頭花生)、炒玉米肉末(非基因甜玉米粒、黑胡椒醬、蒜末、粗絞肉)、蒜香有機油菜(蒜仁、油菜)、沙茶大白菜湯(大白菜)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |
| 3/8 | 三 | 米飯(白米)、椰汁咖哩海鮮燴飯 (蝦仁、魷魚條、馬鈴薯、紅蘿蔔、咖哩粉、蒜仁、洋蔥、奶油、椰奶)、蜜汁黑輪(黑輪片、蒜、白芝麻)、腐香青江菜(腐皮、蒜末、青江菜)、酸菜金針菇湯(酸菜、金針菇)、保久乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 3/9 | 四 | 蔥燒腱肉麵(腱肉丁、小白菜、淡榨菜絲、蔥花、辣椒、蒜、薑母片)、OREO甜甜圈蛋糕、蒜香高麗菜(蒜仁、高麗菜)、AB優酪乳 | ˇ | ˇ | ˇ |  |
| 3/10 | 五 | 胚芽蕎麥飯(胚芽米、蕎麥、白米)、日式照燒雞丁(洋蔥、薑末、白芝麻、骨腿丁)、芹菜炒豆干(西洋芹、小方豆乾、蒜末、辣椒)、蒜香山茼蒿(蒜仁、山茼蒿)、桂圓紅豆紫米甜湯(桂圓、紅豆、紫米)、水果 | ˇ | ˇ | ˇ | ˇ |

備註: 1.餐點表的設計符合幼兒營養、衛生、飲食均衡為原則，每日並有提供新鮮的蔬果。

2.餐點食材會因季節做異動微調，以當日園內出餐狀況為主，不另行公告通知。

3.午餐由麻豆國中出餐，詳細內容請至食材登錄網站參閱

https://fatraceschool.moe.gov.tw/frontend/

4. 本園所一律使用國產豬.牛肉食材。