

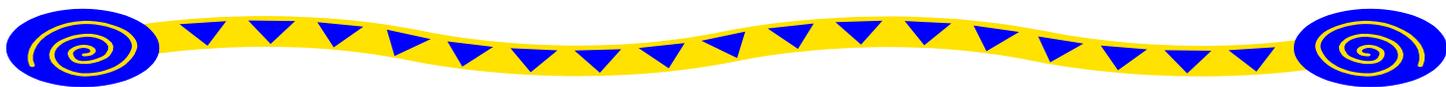
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期				8/01 (四)	8/2(五)
早餐	補 假 日			蔬菜麥片粥	雞蛋饅頭、 溫豆漿
午餐				香 Q 米飯、魚板 蒸蛋、雞塊小不 點、玉米筍炒甜 豆、 四神湯	豬肉燴飯(洋 蔥、肉絲、蛋、 三色蔬菜)芹香 魚丸湯
點心				三絲 冬粉湯	蔬菜煎餅 冬瓜茶
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				

星期	8/05(一)	8/06(二)	8/07(三)	8/08(四)	8/09(五)
早餐	蛋花湯、蘿蔔糕	草莓吐司、豆漿	雞蛋饅頭、豆奶	芋頭包、溫豆漿	香菇玉米粥
午餐	香 Q 米飯、滷麵 輪、燒肉、塔香 茄子、鮮魚味噌 湯	味噌拉麵(紅燒 豬肉、小白菜、 味噌、拉麵、高 湯)	香 Q 米飯、醬炒 筍絲、五香燒 肉、鮮炒時蔬、 當歸排骨湯	香 Q 米飯、番茄 炒蛋、宮保雞 丁、螞蟻上樹、 花生大骨湯	茄香蛋炒飯(蕃 茄醬、火腿、三 色蔬菜)竹筍湯
點心	地瓜 綠豆湯	蔬菜豬肉 湯 餃	花生甜湯	菠菜 吻魚粥	什錦意麵
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				





# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

( 本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計 )

星期	8/12(一)	8/13(二)	8/14(三)	8/15(四)	8/16(五)
早餐	草莓饅頭、豆奶	什錦麵線	花生吐司、豆漿	蘿蔔糕、溫豆漿	地瓜粥、肉鬆麵筋
午餐	香 Q 米飯、糖醋里肌、韭香甜不辣、魚板蒸蛋、冬瓜湯	大滷麵(肉絲、紅蘿蔔大白菜、蛋、手工麵)大骨高湯 	香 Q 米飯、茄汁豆包、螞蟻上樹、芝麻里肌、青菜豆腐湯	香 Q 米飯、馬鈴薯墩肉、芹菜豆包、田園時蔬、大黃瓜湯	夏威夷炒飯(鳳梨、蝦仁、肉絲、三色蔬…) 香菇牛蒡湯
點心	綠豆薏仁湯	鴨肉粉絲湯	銀絲卷麥茶	香菇瘦肉粥	珍珠粉圓湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜…) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				

星期	8/19(一)	8/20(二)	8/21(三)	8/22(四)	8/23(五)
早餐	蛋餅、紫菜湯	草莓吐司、豆漿	廣東瘦肉粥	豆漿、黑糖饅頭	什錦麥片粥
午餐	香 Q 米飯、芝麻四季豆、蕃茄豆腐、醬爆雞柳、蘿蔔貢丸湯	什錦炒麵(紅蘿蔔、高麗菜、魚板、蟹肉棒、瘦肉) 紫菜蛋花湯	香 Q 米飯、軟溜雞丁、芹菜三絲、鹹蛋蒸肉、黃瓜湯	香 Q 米飯、梅干扣肉、田園時蔬、紅蘿蔔炒蛋、芹香魚丸湯	咖哩燴飯(雞肉、馬鈴薯、紅蘿蔔、洋蔥) 青菜豆腐湯
點心	綠豆粉圓湯	芋香鹹粥	紅豆豆花	蛋汁雞絲麵	蛋香吐司麥茶
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜…) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				



# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	8/26(一)	8/27(二)	8/28(三)	8/29(四)	8/30(五)
早餐	絲瓜玉米粥	小熱狗 豆漿	草莓土司 牛奶	蘿蔔糕 豆漿	地瓜粥、肉鬆 麵筋
午餐	香Q米飯、紅燒 雞丁、開陽白 菜、四季豆、海 結玉米湯	紅燒豬肉麵 (紅燒豬肉、 小白菜、手工 麵、大骨湯)	蛋包飯 (三色蔬菜、 肉絲、蛋、 蕃茄醬) 味噌湯	香Q米飯 芹菜炒豆乾 蒸蛋 魯肉肉燥 魚丸湯	什錦芋頭飯 (芋頭、肉 絲、香菇、 魷魚、蝦米) 玉米湯
點心	鮭魚玉米粥	法國土司 麥茶	珍珠豆花	肉燥冬粉湯	綠豆粉圓湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				

星期	9/2(一)	9/3(二)	9/4(三)	9/5(四)	9/6(五)
早餐	鮮奶饅頭 豆漿	草莓吐司 豆漿	芋泥包 豆漿	地瓜粥 (肉鬆、麵筋)	魚板麵線
午餐	燒肉飯 (燒肉、蒜香 豆腐、炒小白 菜) 魚丸湯	榨菜肉絲麵 (榨菜肉絲、 小白菜、手工 麵)	香Q米飯 玉米炒蛋 鮮炒時蔬 五香豆腐 海帶排骨湯	香Q米飯 炸雞塊 蠔油青江菜 蒸蛋 魚丸湯	咖哩雞肉飯 (雞肉、紅蘿 蔔、洋蔥、馬 鈴薯、白飯) 貢丸湯
點心	蛋香雞絲麵	紅豆大麥粥	鴨肉粉絲湯	花生甜湯	雞肉蔬菜粥
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				



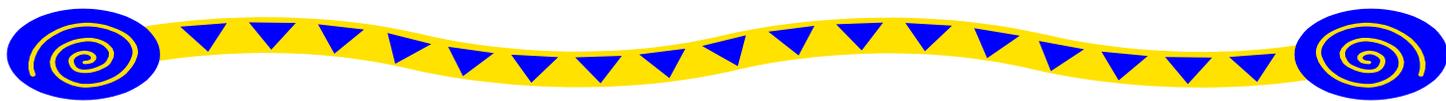
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	9/9(一)	9/10(二)	9/11(三)	9/12(四)	9/13(五)
早餐	草莓土司 巧克力豆奶	玉米蛋餅 豆漿	黑糖饅頭 豆漿	草莓吐司 豆漿	
午餐	香Q米飯 日式炸豬排 紅蘿蔔炒蛋 滷肉燥 青菜蛋花湯	什錦海鮮炒 麵(花枝、肉 絲、蔬菜、麵) 魚丸湯	香Q米飯 蝦米燴黃瓜 煎香腸 洋蔥蛋 味噌湯	榨菜肉絲麵 (榨菜肉絲、小 白菜、手工麵)	中秋節
點心	蔥花麵線	蔬菜豬肉湯餃	珍珠粉圓湯	紅豆大麥粥	
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	9/16(一)	9/17(二)	9/18(三)	9/19(四)	9/20(五)
早餐	蘿蔔糕 豆漿	黑糖饅頭 豆漿	熱狗 豆漿	法國土司 豆漿	香菇肉粥
午餐	雞肉絲飯(雞 肉絲、黃瓜、 滷汁、炒蛋) 魚丸湯	日式味噌湯 麵(魚板、豬 肉、拉麵、玉 米粒、筍乾)	香Q米飯 筍乾控肉 炒小白菜 蒜香豆腐 蛋花湯	香Q米飯 菜脯炒蛋 瓜仔肉 韭香銀芽 神州味噌湯	豬肉燴飯(豬 肉絲、白菜、 木耳、紅蘿 蔔) 筍片湯
點心	蔬菜湯麵	綠豆地瓜湯	什錦粿條	米糕甜粥	蔥油餅 冬瓜茶
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				





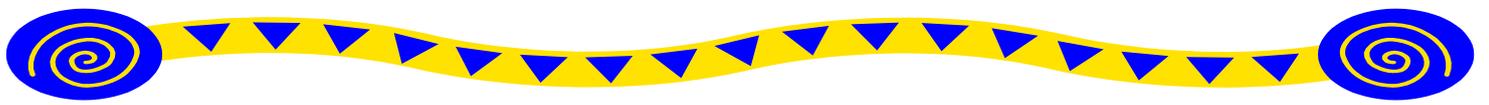
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	9/23(一)	9/24(二)	9/25(三)	9/26(四)	9/27(五)
早餐	蛋餅 豆漿	草莓吐司 豆漿	銀絲卷 豆漿	巧克力土司 豆漿	地瓜粥、肉鬆 麵筋
午餐	燒肉飯 (燒肉、蒜頭 豆腐、炒小白 菜) 魚丸湯	大滷麵 (紅蘿蔔、肉 絲、白菜、木 耳、蛋) 生麵	香Q米飯 糖醋豬排 紅蘿蔔炒蛋 炒空心菜 竹筍排骨湯	香Q米飯 香菇蒸肉 韭香豆乾 高麗菜 蘿蔔大骨湯	火腿蛋炒飯 (火腿、蛋、 三色蔬) 冬瓜湯
點心	紅豆湯圓	關東煮	沙其瑪 麥茶	肉燥蔥花麵線	珍珠粉圓湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	9/30(一)	10/1(二)	10/2(三)	10/3(四)	10/4(五)
早餐	奶黃包 豆漿	蘿蔔糕 蛋花湯	鹹粥(絞肉、絲 瓜)	地瓜粥、煎蛋、 海苔肉鬆	小熱狗 豆奶
午餐	香Q米飯 (雞塊、蒜香 豆腐、炒小白 菜) 魚丸湯	紅燒豬肉麵 (紅燒豬肉、 小白菜、手工 麵、大骨湯)	香Q米飯 咖哩花椰菜 紅燒肉絲 炒蛋 玉米蔬菜湯	香Q米飯 芋頭燜肉 炒三菇 蒸蛋 海帶味噌湯	雞肉燴飯 (雞肉、白 菜、木耳、 蛋、紅蘿蔔)
點心	蔬菜豬肉湯餃	法國土司 麥茶	鴨肉粉絲湯	芋頭西米露	什錦米粉湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				





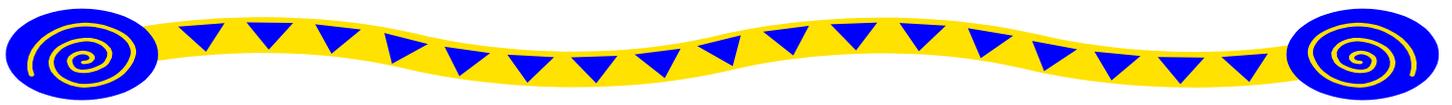
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	10/7(一)	10/8(二)	10/9(三)	10/10(四)	10/11(五)
早餐	草莓土司 豆漿	高麗菜粥 (高麗菜、絞肉)	黑糖饅頭 豆漿		
午餐	廣東粥(油條、肉絲、皮蛋、蝦仁、魚板、芹菜)	香Q米飯 蝦米燴黃瓜 煎香腸 洋蔥蛋 味噌湯	香Q米飯 蕃茄炒蛋 宮保雞丁 螞蟻上樹 花生大骨湯	國慶日	彈性放假
點心	桂圓糯米粥	鴨肉粉絲湯	沙琪瑪 麥茶		
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	10/14(一)	10/15(二)	10/16(三)	10/17(四)	10/18(五)
早餐	蔥花蛋餅 豆漿	奶黃包 豆漿	蔥油餅 豆漿	豆沙包 巧克力豆奶	香菇絞肉粥
午餐	香Q米飯 芹菜炒豆乾 蒸蛋 魯肉魯丸 蘿蔔大骨湯	日式味噌湯 麵(魚板、豬肉、拉麵、玉米粒、筍乾)	香Q米飯 洋蔥炒蛋 照燒豬排 日式甜不辣 紫菜蛋花湯	香Q米飯 宮保雞丁 螞蟻上樹 鮮炒時蔬 味噌湯	咖哩雞肉飯 (雞肉、紅蘿蔔、洋蔥、馬鈴薯、白飯) 貢丸湯
點心	鮭魚玉米粥	紅豆湯圓	草莓土司 麥茶	蚵仔雞絲麵線	什錦麵疙瘩
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌更動。				





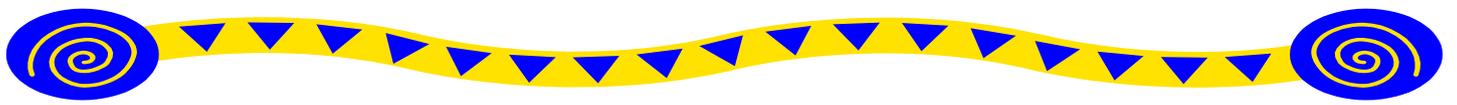
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	10/21(一)	10/22(二)	10/23(三)	10/24(四)	10/25(五)
早餐	蔥花蛋餅 豆漿	肉鬆吐司 豆漿	蘿蔔糕 豆漿	蛋花麵線	熱狗 豆漿
午餐	白飯 炸雞塊 蠔油青江菜 蒸蛋 魚丸湯	家常拌拌麵 (甜麵醬、豆 乾、黃瓜絲、 紅蘿蔔、玉米 粒) 餛飩湯	香Q米飯 炸豬排 洋蔥炒蛋 田園時蔬 紫菜湯	香Q米飯 鮭魚炒蛋 鮮炒時蔬 招牌醬肉片 大黃瓜脆丸 湯	什錦燴飯 (三色蔬 菜、肉絲、蛋) 冬瓜大骨湯
點心	銀絲卷 麥茶	豬肉湯餃	綠豆地瓜湯	珍珠粉圓湯	什錦粿仔條
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	10/28(一)	10/29(二)	10/30(三)	10/31(四)	11/01(五)
早餐	草莓土司 豆漿	奶黃包 豆漿	地瓜粥、肉鬆、 炒蛋	蘿蔔糕 豆漿	饅頭夾蛋 豆漿
午餐	香Q米飯 鮮炒時蔬 蕃茄豆腐 蒜泥白肉 油條魚丸湯	大滷麵(白 菜、豬肉、木 耳、紅蘿蔔、 蛋、手工麵)	香Q米飯 滷排骨 炒菠菜 涼拌小黃瓜 蘿蔔湯	燒肉飯 (燒肉、炒小 白菜、蒜香豆 腐) 花生大骨湯	咖哩雞肉飯 (雞肉、三色 蔬菜、白飯、 馬鈴薯) 貢丸 湯
點心	紅豆薏仁湯	什錦湯麵	珍珠豆花	蛋花麵線	法國土司 麥茶
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				





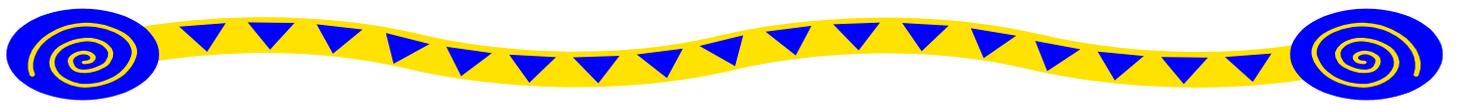
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	11/04(一)	11/05(二)	11/06(三)	11/07(四)	11/08(五)
早餐	蘿蔔糕 豆漿	巧克力吐司 豆漿	黑糖饅頭 豆漿	豆漿 小熱狗	叻仔魚粥
午餐	香Q米飯 筍乾爌肉 炒小白菜 蒜香豆腐 蛋花湯	什錦炒麵 (肉絲、花 枝、高麗菜、 紅蘿蔔) 紫菜蛋花湯	香Q米飯 蕃茄炒蛋 鮮炒時蔬 茄汁豬肉 竹筍排骨湯	香Q米飯 菜脯炒蛋 瓜仔肉 炒高麗菜 味增湯	香菇燴飯 (香菇、白 菜、肉絲、紅 蘿蔔、木耳)
點心	珍珠粉圓湯	關東煮	法國土司 菊花茶	豬肉湯餃	花生湯圓
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	11/11(一)	11/12(二)	11/13(三)	11/14(四)	11/15(五)
早餐	豆漿 總匯三明治	豆漿 蔥油餅	豆漿 雞蛋饅頭	豆漿 黑糖小饅頭	地瓜粥 (炒蛋、肉鬆)
午餐	米糕 (絞肉、香 菇、小黃瓜、 肉鬆) 冬瓜湯	榨菜肉絲麵 (榨菜、肉 絲、小白菜、 魚板)	香Q米飯 煎香腸 田園時蔬 紅蘿蔔炒蛋 貢丸湯	香Q米飯 鮭魚炒蛋 鮮炒時蔬 麻醬雞絲 大黃瓜湯	火腿蕃茄蛋 炒飯(火腿、 玉米、青豆、 蛋、紅蘿蔔) 金針菇排骨湯
點心	鮭魚瘦肉粥	銀絲卷 菊花茶	肉燥米粉湯	紅豆意仁粥	綜合芋圓湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				





# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

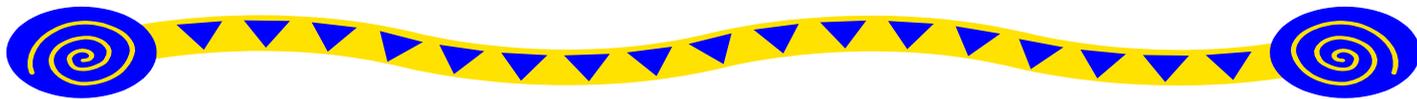
(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	11/18(一)	11/19(二)	11/20(三)	11/21(四)	11/22(五)
早餐	地瓜粥、煎蛋、麵筋	小熱狗 豆漿	雞蛋饅頭 豆漿	肉鬆三明治 豆漿	魚板麵線
午餐	燒肉飯 (燒肉、蒜香豆腐、炒小白菜) 魚丸湯	豚骨拉麵(豬大骨、小白菜、味增、豬肉、拉麵)	香Q米飯 蝦米燴黃瓜 香煎香腸 洋蔥炒蛋 味噌湯	香Q米飯 蕃茄汁魚 田園時蔬 五香豆腐 蘿蔔大骨湯	什錦芋頭飯 (芋頭、肉絲、香菇、魷魚、蝦米) 紫菜蛋花湯
點心	綠豆地瓜湯	菠菜豬肝粥	芋頭西米露	什錦麵疙瘩	珍珠粉圓湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	11/25(一)	11/26(二)	11/27(三)	11/28(四)	11/29(五)
早餐	小肉包 豆漿	蔥花蛋餅 豆漿	蘿蔔糕 豆漿	豆漿 巧克力吐司	地瓜粥、高麗菜、炒蛋
午餐	肉燥飯 炒小白菜 蒜泥白肉 炒蕃茄豆腐 油條魚丸湯	什錦海鮮麵 (花枝、肉絲、蔬菜、油麵) 魚丸湯	魯肉飯 蝦米小黃瓜 滷肉+滷丸 洋蔥蛋 味噌湯	香Q米飯 軟煎豬排 培根甜不辣 玉米炒蛋 紫菜蛋花湯	香腸蛋炒飯 (香腸、蛋、三色蔬) 玉米排骨湯
點心	鮭魚玉米粥	紅豆豆花	肉燥雞絲麵	粉角綠豆湯	蔥油餅 冬瓜茶
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動。				







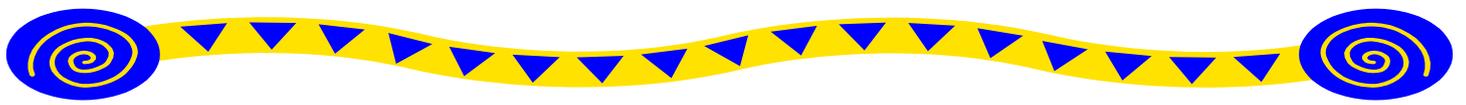
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	12/16(一)	12/17(二)	12/18(三)	12/19(四)	12/20(五)
早餐	草莓饅頭 豆漿	奶酥土司 豆漿	雞蛋饅頭 可可亞	白粥 (肉鬆、麵筋)	饅頭夾蛋 豆漿
午餐	白飯 麻婆豆腐 煎香腸 炒高麗菜 紫菜蛋花湯	紅燒豬肉麵 (榨菜炒肉 絲、小白菜、 手工麵)	香Q米飯 滷豬排 空心菜 滷蛋、滷丸 紫菜蛋花湯	白飯 咖哩花椰菜 紅燒肉絲 荷包蛋 蕃茄蔬菜湯	雞肉飯 滷白菜 香菇貢丸 菜心排骨湯
點心	紅豆豆花	芋香鹹粥	花生甜湯	什錦粿條	珍珠粉圓湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	12/23(一)	12/24(二)	12/25(三)	12/26(四)	12/27(五)
早餐	蔥花蛋餅 豆漿	小熱狗 豆漿	鹹粥 (高麗菜、絞 肉、蛋)	肉鬆三明治 玉米濃湯	蔥花麵線
午餐	燒肉飯 (燒肉、蒜香 豆腐、炒小白 菜) 魚丸湯	榨菜肉絲麵 (榨菜炒肉 絲、小白菜、 手工麵)	香Q米飯 鮮炒時蔬 芹菜炒麵腸 洋蔥豬柳 味增湯	香Q米飯 蕃茄汁魚 田園時蔬 五香豆腐 蘿蔔大骨湯	蛋包飯 (三色蔬 菜、肉絲、 蛋) 味噌豆腐湯
點心	珍珠粉圓湯	關東煮	鴨肉粉絲湯	法國吐司 菊花茶	菠菜豬肝粥
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌更動。				





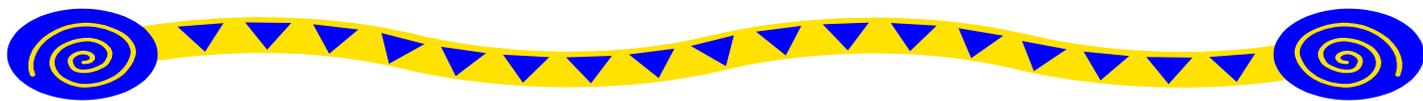
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	12/30(一)	12/31(二)	1/01(三)	1/02(四)	1/03(五)
早餐	絲瓜麵線	蔥花蛋餅 豆漿		小肉包 蛋花湯	芋頭海鮮粥
午餐	香Q米飯 魚板蒸蛋 滷豬排 炒菠菜 蘿蔔高湯	什錦海鮮麵 (花枝、肉 絲、蔬菜、油 麵) 大骨湯	元 旦 放 假	香Q米飯 蔥爆豬肉絲 培根甜不辣 玉米炒蛋 紫菜蛋花湯	香菇燴飯(香 菇、白菜、豬 肉、紅蘿蔔、 蛋)
點心	地瓜綠豆湯	蔬菜湯餃		鴨肉粉絲湯	銀絲卷 洛神花茶
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	1/06(一)	1/07(二)	1/8(三)	1/9(四)	1/10(五)
早餐	芋頭包 豆漿	草莓三明治 豆漿	蔥花蛋餅 豆漿	火腿土司 豆漿	鹹粥 (高麗菜、絞 肉、蛋)
午餐	香Q米飯 芹菜炒肉絲 魚板蒸蛋 洋蔥豬柳 魚丸湯	日式味噌麵 (魚板、豬 肉、玉米粒、 筍乾、手工 麵)	香Q米飯 紅蘿蔔炒蛋 日式炸豬排 紅燒豆腐 紫菜蛋花湯	香Q米飯 鮮炒時蔬 炸雞塊 螞蟻上樹 花生大骨湯	咖哩燴飯 (豬肉、紅蘿 蔔、洋蔥、馬 鈴薯、白飯) 貢丸湯
點心	綠豆大麥粥	蛋花雞絲麵	紅豆湯圓	蔬菜什錦麵	地瓜甜湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				





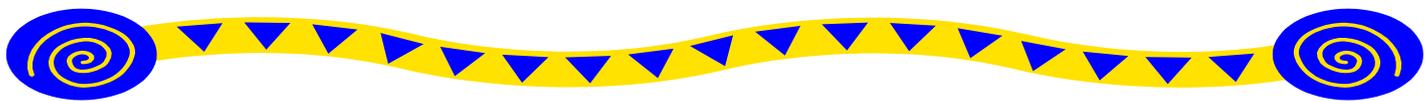
# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

(本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計)

星期	1/13(一)	1/14(二)	1/15(三)	1/16(四)	1/17(五)
早餐	地瓜粥、 煎蛋、海苔肉鬆	熱狗 豆漿	蜂蜜土司 豆漿	蘿蔔糕 豆漿	蔥蛋餅 豆漿
午餐	香Q米飯 咖哩花椰菜 蔥爆肉絲 蒸蛋 蕃茄蔬菜湯	大滷麵 (紅蘿蔔、白 蘿蔔、白菜、 肉絲、蛋、香 菇、麵)	香Q米飯 麻婆豆腐 煎香腸 炒高麗菜 紫菜蛋花湯	香Q米飯 馬鈴薯燜肉 田園時蔬 滷海帶 魚丸湯	夏威夷炒飯 (鳳梨、蝦 仁、青豆、紅 蘿蔔) 味噌湯
點心	肉燥米粉湯	米糕甜粥	香菇雞絲麵	銀絲卷 冬瓜茶	綠豆地瓜湯
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				

星期	1/20(一)	1/21(二)	1/22(三)	1/23(四)	1/24(五)
早餐	地瓜粥、 煎蛋、海苔肉鬆	熱狗 豆漿	蜂蜜土司 豆漿		
午餐	香Q米飯 咖哩花椰菜 蔥爆肉絲 蒸蛋 蕃茄蔬菜湯	大滷麵 (紅蘿蔔、白 蘿蔔、白菜、 肉絲、蛋、香 菇、麵)	香Q米飯 麻婆豆腐 煎香腸 炒高麗菜 紫菜蛋花湯	過年放假	過年放假
點心	肉燥米粉湯	米糕甜粥	香菇雞絲麵		
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果將依季節斟酌更動				





# 佳恩幼兒園餐點表(108 上)

( 本餐點表參考營養師所提供食譜，配合幼兒每日所需熱量設計 )

星期	1/27(一)	1/28(二)	1/29(三)	1/30(四)	1/31(五)
早餐				地瓜粥、 煎蛋、海苔肉鬆	熱狗 豆漿
午餐	過年 放假	過年 放假	過年 放假	香Q米飯 咖哩花椰菜 蔥爆肉絲 蒸蛋 蕃茄蔬菜湯 肉燥米粉湯 地瓜粥、 煎蛋、海苔肉鬆	大滷麵 (紅蘿蔔、白蘿 蔔、白菜、肉絲、 蛋、香菇、麵) 米糕甜粥 熱狗 豆漿
點心				法國吐司 菊花茶	綠豆大麥粥
備註	*每日午餐皆有當季美味水果(香蕉、西瓜、蘋果、柳丁、香瓜、芒果、木瓜...) *蔬菜、水果色將依季節斟酌酌更動。				

