

# 臺南市私立福祺幼兒園110學年度第2學期餐點表

## 福祺幼兒園食譜(一)

	早餐	午餐	點心
星期一	黃金粥+肉鬆+炒蔥蛋	水餃+酸辣湯(豆腐, 木耳, 金針菇, 紅蘿蔔, 筍絲, 蔥)	紅豆湯圓
星期二	蛋餅+海帶芽湯	滑嫩雞肉鮮菇粥(雞肉, 高麗菜, 紅蘿蔔, 鴻禧菇, 玉米, 蔥)	草莓吐司+麥茶
星期三	奶皇包+牛奶	豬肉燴飯(洋葱, 肉絲, 紅蘿蔔, 綜合菇, 青江菜)+豆薯蛋花湯	養生薏仁湯
星期四	蔥油餅+青蔥蛋花湯	什錦麵(油麵, 鮮骨, 肉燥, 豆苳菜, 小白菜, 海帶芽)	雞蛋小饅頭+養生茶
星期五	饅頭夾蛋+芝麻牛奶	肉燥飯+滷油豆腐+炒時蔬+當歸排骨湯	時蔬扁食湯

## 福祺幼兒園食譜(二)



	早餐	午餐	點心
星期一	鍋貼+青蔥蛋花湯	翡翠吻仔魚粥(菠菜(翡翠), 吻仔魚, 紅蘿蔔, 洋葱, 肉燥)	美味綠豆湯
星期二	土司夾蛋+米糕奶	鮮炒烏龍麵(絞肉, 紅蘿蔔, 洋葱, 木耳)+青菜豆腐湯	黑糖小饅頭+決明子茶
星期三	芋頭包+牛奶	蔬菜菜燴飯(時蔬, 蝦米, 香菇, 絞肉, 紅蘿蔔, 蔥)+酸菜鴨肉湯	雪耳紅棗湯
星期四	飯糰+紫菜蛋花湯	肉燥米粉湯(米粉, 肉燥, 久菜, 豆菜, 木耳, 紅蘿蔔)	奶酥饅頭+麥茶
星期五	金線卷+芝麻牛奶	油蔥雞肉絲飯(絞肉, 雞肉)+炒時蔬+冬瓜排骨湯	玉米濃湯

## 福祺幼兒園食譜(三)



	早餐	午餐	點心
星期一	紅豆包+牛奶	皮蛋瘦肉粥(香菇, 肉燥, 皮蛋, 韭菜花)	關東煮
星期二	三明治+米漿	客家板條湯(板條, 肉燥, 韭菜, 豆苳菜, 香菇)	茶葉蛋+決明子茶
星期三	鮮肉包+海帶芽湯	咖哩雞肉飯(雞肉, 咖哩, 洋葱, 紅蘿蔔, 馬鈴薯)+蘿蔔排骨湯	仙草蜜(冬天麻油麵線)
星期四	蘿蔔糕+紫菜蛋花湯	和風麵疙瘩(肉片, 紅蘿蔔, 青江菜, 玉米粒, 大骨)	營養紅豆湯
星期五	芝麻包+牛奶	糙米飯+梅乾扣肉+炒時蔬+養生魚湯	黑糖西米露

## 福祺幼兒園食譜(四)



	早餐	午餐	點心
星期一	鍋貼+味噌豆腐湯	雞肉玉米粥(雞肉, 玉米, 蛋, 蔥, 紅蘿蔔)	滑蛋雞絲麵
星期二	銀絲卷+米漿	三絲炒麵(油麵, 紅蘿蔔, 洋葱, 木耳, 絞肉, 香菇, 青江菜)+黃瓜魚丸湯	奶酥小餐包+麥茶
星期三	鮭魚吐司+米糕奶	胚芽飯+炒時蔬+馬鈴薯燻肉+蒜頭硯湯	南瓜濃湯
星期四	蔬菜煎餅+蛋花湯	肉骨茶麵(烏龍麵, 肉骨茶, 高麗菜, 肉片, 紅蘿蔔, 久菜, 綜合菇)	八寶粥
星期五	漢堡蛋+紫菜湯	紫米飯+炒時蔬+肉燥+牛蒡排骨湯	滑蛋冬粉湯

- ◎ 每日提供當季新鮮水果
- ◎ 餐點中的時蔬會依季節採購當季新鮮營養的蔬菜
- ◎ 本園未使用牛肉食材，並一律使用國產豬肉





