

臺南市私立福祺幼兒園 111 學年度第 2 學期餐點表

福祺幼兒園食譜(一)



星期別	早餐	午餐	水果	點心
星期一	飯糰+味噌湯	水餃+酸辣湯(豆腐,木耳,金針菇,紅蘿蔔,筍絲)	時令水果	滑蛋雞絲麵
星期二	蔬菜粥	海鮮烏龍麵(蛤蜊,肉絲,小白菜,紅蘿蔔,魚柳,芹菜,蔥)	時令水果	綠豆薏仁
星期三	吐司夾蛋+米糕奶	茄汁嫩雞燻飯(洋蔥,馬鈴薯,雞肉,紅蘿蔔,甜椒,蕃茄醬)+冬瓜排骨湯	時令水果	營養紅豆湯
星期四	蘿蔔糕+蛋花湯	翡翠吻仔魚粥(翡翠,吻仔魚,紅蘿蔔,蛋,芹菜)	時令水果	玉米濃湯
星期五	奶皇包+牛奶	紫米飯+炒時蔬+紅燒豆腐(豆腐,肉燥,蔥,豆豉)+瓜仔雞肉湯	時令水果	枸杞小米粥

福祺幼兒園食譜(二)



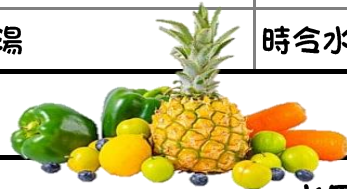
	早餐	午餐	水果	點心
星期一	銀絲卷+芝麻牛奶	雞肉蔬菜粥(雞肉,洋蔥,紅蘿蔔,玉米,高麗菜,蔥)	時令水果	麵線糊
星期二	鮭魚土司+牛奶	炒板條(板條,肉絲,紅蘿蔔,木耳,洋蔥,韭菜)+碗湯	時令水果	雞蛋饅頭+養生茶
星期三	小肉包+蛋花湯	肉絲蛋炒飯(碗豆,玉米,洋蔥,紅蘿蔔,肉絲,蛋,蔥)+大蕃瓜排骨湯	時令水果	紅豆紫米
星期四	蛋餅+海帶芽湯	肉骨茶麵(麵,高麗菜,肉片,紅蘿蔔,韭菜,綜合菇)	時令水果	奶香南瓜濃湯
星期五	鍋貼+紫菜湯	小米飯+馬鈴薯紅蘿蔔燻肉+養生魚湯	時令水果	紅棗雪耳湯

福祺幼兒園食譜(三)



	早餐	午餐	水果	點心
星期一	蔥油餅+海帶芽湯	香菇瘦肉粥(香菇,高麗菜,紅蘿蔔,絞肉,芹菜,蔥)	時令水果	滑蛋冬粉
星期二	漢堡蛋+營養米漿	家常麵疙瘩(肉片,紅蘿蔔,香菇,蝦米,豆菜,韭菜)	時令水果	美味土司+麥茶
星期三	芝麻包+牛奶	野菇雞肉炊飯(綜合菇,高麗菜,雞肉,香菇,紅蘿蔔)+牛蒡排骨湯	時令水果	地瓜湯(奶香西米露)
星期四	芋頭包+紫菜蛋花湯	魚柳米粉羹(魚柳,米粉,紅蘿蔔,木耳,筍絲,大白菜,金針菇)	時令水果	美味綠豆湯
星期五	饅頭夾蛋+營養米漿	梅乾扣肉飯+炒時蔬+當歸排骨湯	時令水果	芹菜餛飩湯

福祺幼兒園食譜(四)



	早餐	午餐	水果	點心
星期一	金絲卷+芝麻牛奶	滑蛋瘦肉粥(絞肉,蛋,紅蘿蔔,洋蔥,蔥)	時令水果	八寶粥
星期二	蔬菜煎餅+海帶芽湯	什錦麵(麵,肉絲,紅蘿蔔,海帶芽,芹菜,小白菜,大骨)	時令水果	黑糖饅頭+決明子茶
星期三	饅頭+米糕奶	咖哩雞飯(咖哩,雞肉,馬鈴薯,紅蘿蔔,洋蔥)+豆薯蛋花湯	時令水果	養生薏仁湯
星期四	紅豆包+牛奶	鮮炒烏龍麵(紅蘿蔔,高麗菜,木耳,肉絲,香菇,青豆)+蘿蔔排骨湯	時令水果	關東煮
星期五	三明治+營養米漿	海苔飯捲(小黃瓜,蛋,肉鬆,鮭魚,紅蘿蔔)+味噌豆腐湯	時令水果	茶葉蛋+麥茶

- ◎ 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



