

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園112年1月餐點表

日期	星期	午 餐							午 點	熱量	醣類	蛋白質	脂肪
		早 點	主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		卡	公克	公克	公克
2	一	元旦補假一天											
3	二	金瓜稀飯	糙米飯	蔥燒豬肉	糖醋甜不辣	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	肉羹米粉	908	113	31	36
4	三	雞蛋麵	糙米飯	蜜汁雞柳	玉米炒蛋	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	青菜糙米粥	890	109	35	34
5	四	魚丸冬粉	糙米飯	咕咾肉	毛豆仁炒洋芋	時令蔬菜	紅棗枸杞湯	時令水果	味噌拉麵	846	107	35	30
6	五	廣東粥	古早味炒米粉、蘿蔔貢丸湯					時令水果	紅豆小湯圓	881	112	32	33
7	六	蘿蔔糕湯	糙米飯	洋蔥豬柳	客家小炒	時令蔬菜	蕈菇湯	時令水果	皮蛋瘦肉粥	903	115	30	35
9	一	小籠包、牛奶	糙米飯	南瓜燒肉	枸杞蒸蛋	時令蔬菜	小魚紫菜湯	時令水果	鍋燒麵	855	108	34	31
10	二	湯餃	糙米飯	三杯雞	蝦皮炒蘿蔔絲	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	雞絲蘿蔔粥	862	111	35	30
11	三	鮮肉麵線	糙米飯	梅干扣肉	麻婆豆腐	時令蔬菜	薑絲冬瓜湯	時令水果	湯板條	856	109	31	32
12	四	什錦米粉	糙米飯	紅燒獅子頭	椒鹽杏鮑菇	時令蔬菜	玉米雞骨湯	時令水果	雞絲麵	888	116	32	32
13	五	蔬菜蛋黃粥	日式咖哩飯、大黃瓜湯					時令水果	生日蛋糕	926	117	36	34
16	一	黑糖饅頭、牛奶	糙米飯	糖醋腿丁	蔥燒豆皮	時令蔬菜	紅棗山藥湯	時令水果	台式鹹粥	853	104	33	33
17	二	油豆腐細粉	~圍爐吃火鍋~					時令水果	什錦拉麵	868	108	35	32
18	三	玉米雞蓉粥	糙米飯	香酥雞塊	雪裡紅炒豆乾	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	關東煮	907	112	34	35
19	四	榨菜肉絲麵	糙米飯	馬鈴薯燉肉	炒三彩	時令蔬菜	黃豆芽湯	時令水果	綠豆甜湯	891	121	30	31
20	五	 ~1/20-1/27春節連續假期 祝您假期平安愉快~ 											
23	一												
24	二												
25	三												
26	四												
27	五												
30	一	銀絲卷、牛奶	糙米飯	香菇肉燥	洋蔥玉米	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	冬菜粉絲	892	109	31	36
31	二	肉鬆稀飯	糙米飯	彩椒豬柳	豆輪滷蘿蔔	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	時蔬家常麵	866	106	32	34

本園未使用輻射污染食品，並一律使用芬芳烹材提供的CAS合格電宰場屠宰的國產優良畜養豬隻，請安心食用。

如因遇天災或不可抗力之因素，有些食材無法供應時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭