

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園112年2月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐						午 點	熱量	醣類	蛋白質	脂肪
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯	水果		卡	公克	公克	公克
1	三	米粉湯	糙米飯	洋蔥豬柳	蒜香菜心	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	甜不辣	843	96	28	34
2	四	蔬菜稀飯	糙米飯	馬鈴薯燒肉	豆腐雙色	時令蔬菜	鮮菇湯	時令水果	什錦麵	865	95	32	30
3	五	湯餃	炒烏龍麵、貢丸湯					時令水果	紅豆湯	869	114	27	33
4	六	客家板條	糙米飯	日式照燒雞	炒玉米	時令蔬菜	大黃瓜湯	時令水果	蘿蔔糙米粥	892	107	33	36
6	一	黑糖饅頭、牛奶	糙米飯	咕咾肉	麻婆豆腐	時令蔬菜	羅宋湯	時令水果	貢丸冬粉	839	103	34	31
7	二	肉鬆稀飯	糙米飯	甜椒肉絲	紅燒筍絲	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	西米露	882	123	30	28
8	三	榨菜肉絲麵	糙米飯	香酥雞	番茄炒蛋	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	雞蓉玉米粥	864	87	34	36
9	四	米粉湯	糙米飯	瓜仔肉	三杯杏鮑菇	時令蔬菜	田園昆布湯	時令水果	台式肉燥麵	875	83	42	40
10	五	蔬菜鮮肉粥	肉絲蛋炒飯、青菜豆腐湯					時令水果	枸杞麵線	876	84	38	35
13	一	廣東粥	糙米飯	梅干扣肉	菜圃蛋	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	雞蛋麵	886	90	35	34
14	二	米苔目	糙米飯	南瓜燉肉	蔥爆黃豆芽	時令蔬菜	豬血湯	時令水果	香菇肉絲粥	902	98	32	31
15	三	鍋燒麵	糙米飯	蜜汁小雞腿	洋蔥炒木耳	時令蔬菜	玉米蛋花湯	時令水果	蔬菜湯餃	906	97	45	38
16	四	皮蛋瘦肉粥	糙米飯	油豆腐滷肉	咖哩豆腐煲	時令蔬菜	冬瓜雞骨湯	時令水果	大滷麵	928	132	37	27
17	五	肉羹米粉	義大利麵、玉米濃湯					時令水果	綠豆甜湯	919	122	39	30
18	六	味噌拉麵	糙米飯	台式蔥油雞	蝦皮蘿蔔絲	時令蔬菜	金針花湯	時令水果	蔬菜粉絲	875	83	42	40
20	一	芋頭稀飯	糙米飯	糖醋肉	毛豆炒豆乾	時令蔬菜	蘿蔔雞骨湯	時令水果	湯意麵	893	104	38	34
21	二	油豆腐細粉	糙米飯	海帶燒肉	馬鈴薯燴玉米	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	小魚糙米粥	875	108	35	32
22	三	雞絲麵	糙米飯	香菇肉燥	家常豆腐	時令蔬菜	番茄蔬菜湯	時令水果	蘿蔔糕湯	851	97	31	36
23	四	南瓜營養粥	糙米飯	三杯雞	蝦皮炒蛋	時令蔬菜	薑絲蚬湯	時令水果	肉燥米粉湯	898	100	36	32
24	五	烏龍麵	什錦燴飯、紫菜蛋花湯					時令水果	生日蛋糕	915	118	30	35
27	一	~228連續假期，祝您假期平安愉快~											
28	二												

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