

新北市私立徐匯高級中學附設徐匯幼兒園113年1月餐點表

日期	星期	早 點	午 餐					午 點	全穀 雜糧類	豆魚 蛋肉類	蔬菜 類	水果 類	
			主食	主菜	副菜一	副菜二	湯						水果
1	一	元旦放假一天											
2	二	肉羹米粉	糙米飯	蔥燒豬肉	糖醋甜不辣	時令蔬菜	海帶芽湯	時令水果	湯板條	✓	✓	✓	✓
3	三	雞絲蘿蔔粥	糙米飯	蜜汁雞柳	玉米炒蛋	時令蔬菜	雙色蘿蔔湯	時令水果	貢丸冬粉	✓	✓	✓	✓
4	四	雞蛋麵	糙米飯	咕咾肉	毛豆仁炒洋芋	時令蔬菜	酸辣湯	時令水果	紅豆小湯圓	✓	✓	✓	✓
5	五	廣東粥	茄汁義大利麵、南瓜濃湯					時令水果	湯餃	✓	✓	✓	✓
8	一	黑糖饅頭、牛奶	糙米飯	洋蔥豬柳	客家小炒	時令蔬菜	萵菇湯	時令水果	時蔬家常麵	✓	✓	✓	✓
9	二	油豆腐細粉	糙米飯	三杯雞	蒸蛋	時令蔬菜	小魚紫菜湯	時令水果	玉米雞蓉粥	✓	✓	✓	✓
10	三	蔬菜拉麵	糙米飯	南瓜燒肉	蝦皮炒蘿蔔絲	時令蔬菜	青菜豆腐湯	時令水果	地瓜甜湯	✓	✓	✓	✓
11	四	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	南瓜營養粥	✓	✓	✓	✓
12	五	什錦米粉	蒜香什錦炒飯、紅棗枸杞湯					時令水果	雞絲麵	✓	✓	✓	✓
15	一	高麗菜粥	糙米飯	毛豆炒肉末	番茄炒蛋	時令蔬菜	金針湯	時令水果	米粉羹	✓	✓	✓	✓
16	二	菇菇冬粉	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	✓	✓	✓	✓
17	三	味噌拉麵	糙米飯	彩椒豬柳	螞蟻上樹	時令蔬菜	蘿蔔貢丸湯	時令水果	甜不辣	✓	✓	✓	✓
18	四	蘿蔔糕	糙米飯	香酥小魚	雪裡紅炒豆乾	時令蔬菜	牛蒡雞骨湯	時令水果	陽春麵	✓	✓	✓	✓
19	五	金瓜稀飯	日式炒烏龍、味噌豆腐湯					時令水果	綠豆湯	✓	✓	✓	✓
22	一	榨菜肉絲麵	糙米飯	香菇肉燥	炒三彩	時令蔬菜	山藥枸杞湯	時令水果	芋頭米粉	✓	✓	✓	✓
23	二	肉鬆稀飯	🍲 ~圍爐吃火鍋~ 🍲					時令水果	什錦麵	✓	✓	✓	✓
24	三	米苔目	糙米飯	紅燒獅子頭	椒鹽杏鮑菇	時令蔬菜	玉米湯	時令水果	皮蛋瘦肉粥	✓	✓	✓	✓
25	四	香菇肉粥	糙米飯	蔥爆雞丁	豆輪滷蘿蔔	時令蔬菜	田園昆布湯	時令水果	鍋燒意麵	✓	✓	✓	✓
26	五	果醬吐司	咖哩雞飯、黃瓜雞骨湯					時令水果	生日蛋糕	✓	✓	✓	✓
29	一	大滷麵	糙米飯	馬鈴薯燉肉	芹菜炒木耳	時令蔬菜	黃豆芽湯	時令水果	蔬菜蛋黃粥	✓	✓	✓	✓
30	二	冬菜粉絲	糙米飯	香酥雞塊	洋蔥玉米	時令蔬菜	味噌湯	時令水果	芋圓甜湯	✓	✓	✓	✓
31	三	叻仔魚粥	糙米飯	油豆腐滷肉	塔香海茸	時令蔬菜	紫菜蛋花湯	時令水果	粿仔條	✓	✓	✓	✓

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，有些食材無法供應或廚房阿姨請假時，會有小部分菜色更動，敬請原諒！

餐點表設計者：林麗蘭